القلق الاجتماعي وعلاقته بالأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الثانوية في مديرية طور الباحة

إبراهيم محمد أحمد علي حيدر [1] فاكهة جعفر محمد جعفر [2]

DOI: https://doi.org/10.47372/jef.(2026)20.1.204

الملخص: هدفت هذه الدراسة إلَىٰ الكشف عن العلاقة بين القلق الاجتماعي والأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الثانوية في مديرية طور الباحة . ومعرفة نسبة مستوى انتشار كل من القلق الاجتماعي والأفكار اللاعقلانية والتعرف إلى الفروق بين الطلبة تبعاً للنوع استخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي، وتكوّنت العينة من 315 طالبًا وطالبة تم اختيارهم بطريقة عشوائية طبقية .واستخدمت أدوات مقننة لقياس القلق الاجتماعي والأفكار اللاعقلانية بعد التحقق من صدقها وثباتها. وأظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائيًا بين مستوى انتشار القلق الاجتماعي وبين مستوى انتشار الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الثانوية في مديرية طور الباحة بمعامل ارتباط=(*)128. عند قيمة مستوى دلالة = 0.023. وهذا يعني أنه كلما ارتفع مستوى القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية في مديرية طور الباحة انخفض مستوى الأفكار اللاعقلانية لديهم. قد يبدو هذا التفسير مخالفًا للتوقعات؛ إذ تختلف مع دراسة (عسيري,2017) ودراسة (حجازي,2013)، التي أوضحت وجود علاقة ارتباطية موجبه، وقد يعود هذا التباين إلى اختلاف البيئات الثقافية إذ تفترض عديدًا من النظريات النفسية (كالعلاج العقلاني الانفعالي لأليس) أن القلق الاجتماعي يرتبط بأفكار لاعقلانية مثل الخوف من تقييم الآخرين والمبالغة في الكوارث المتوقعة. كما كشفت نتائج الدراسة، أن مستوي القلق الاجتماعي جاء بمستوى انتشار عالٍ. كما جاء مقياس الأفكار اللاعقلانية بمستوى انتشارمتوسط. كما كشفت وجود فروق دالة إحصائيًا في القلق الاجتماعي لمصلحة الذكور، كما بينت وجود فروق دالة إحصائيًا في الأفكار اللاعقلانية في مجالات اللامبالاة الانفعالية، تجنب المشكلات، الانزعاج لمتاعب الآخرين، ابتغاء الحلول الكاملة لمصلحة الذكور.

الكلمات المفتاحية: القلق الاجتماعي - الأفكار اللاعقلانية.

مقدمة: تعتبر مرحلة المراهقة مرحلة حاسمة في حياة الفرد، فالمراهق من أكثر الإفراد حاجة إلى المساعدة في هذه المرحلة نتيجة للتغيرات التي تطرأ على حياته، والتي يحاول بقدر الإمكان التأقلم معها إلا أنه يجد صعوبة في تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي في حياته، فقد تؤثر التغيرات التي تحدث في فترة المراهقة في موقف الشخص وسلوكه، وإدراكه واتجاهاته، والعقبات والقيود المختلفة التي يمر بها المراهق في تلك المرحلة العمرية الحرجة، فقد تؤدي إلى شعوره بالإحباط إذا لم يتم تحقيق معظم متطلباتها. (الرفاعي،2014).

ويعدُّ القلق الاجتماعي من أكثر أنواع الاضطرابات المرضية انتشارًا في العالم بعد الاكتئاب وإدمان الكحوليات، ويقصد بالقلق الاجتماعي هنا حالة التهيب من المواقف الاجتماعية، التي تتبدى على الفرد بسبب قصوره في المهارات الاجتماعية، بوجهة تجعله أكثر قلقًا في المواقف الاجتماعية، التي يواجه فيها شعورًا بالخزي والاستياء. (عبد العال, 2006م:64).

وفقًا لإيليس (1977)، لا يعاني الأفراد من اضطرابات عاطفية بسبب الأحداث نفسها، ولكن بسبب معتقداتهم وتقييماتهم لتلك الأحداث؛ بل إنهما على العكس من ذلك، عمليتان متكاملتان، فالمعارف تتوسط بين المثيرات والاستجابات، وما يطلق عليه سلوكًا أو انفعالًا لا ينشأ من استجابات الفرد لظروف البيئة، التي يعيش فيها فقط؛ بل من أفكاره نحو البيئة؛ فالذي يسبب الاضطراب للفرد ليست الأحداث نفسها؛ بل حكم الفرد على هذه الأحداث (Ellis,1977,B:20). إذ تشير النظريات المعرفية إلى أن تبني الأفكار اللاعقلانية يعزز نمط التقييم السلبي للمواقف الاجتماعية، مما يزيد من احتمالية ظهور القلق الاجتماعي, ومن هنا تبرز أهمية دراسة القلق الاجتماعي في ضوء بعض الأفكار اللاعقلانية, ومحاولة تقديم إطار متكامل للتعامل مع تلك المشكلة، وهو الأمر الذي يعم بالنفع والمعرفة على من يهمه الأمر وخصوصًا العاملين في ميدان الإرشاد النفسي والتربوي؛ إذ جاءت الدراسة الحالية تتقصى العلاقة بين القلق الاجتماعي بالأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الثانوية في مديرية طور الباحة.

مشكلة الدراسة وأسئلتها:

مشكلة الدراسة: ومشكلة الدراسة الحالية تتحدد في السؤال الرئيس الآتية:

ما علاقة القلق الاجتماعي بالأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الثانوية في مديرية طور الباحة؟

ويتفرع عن السؤال الرئيس الأسئلة الفرعية الآتية:

1. ما نسبة مستوى انتشار القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية في مديرية طور الباحة؟
2. ما نسبة مستوى انتشار الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الثانوية في مديرية طو الباحة؟
3. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية في مديرية طور الباحة تعزى إلى متغير النوع: (ذكور، إناث)؟
4. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الثانوية في مديرية طور الباحة تعزى إلى متغير النوع: (ذكور، إناث)؟

فرضيات الدراسة:

1. لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة: (α = 0.05) بين القلق الاجتماعي والأفكار اللاعقلانية لدى عينة الدراسة من طلبة المرحلة الثانوية في مديرية طور الباحة.
2. لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة: (α = 0.05) في نسبة انتشار القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية في مديرية طور الباحة عن المستوى النسبي الافتراضي 60%.
3. لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة: (α = 0.05) في نسبة انتشار الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الثانوية في مديرية طور الباحة عن المستوى النسبي الافتراضي 60%.
4. لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة: (α = 0.05) في نسبة مستوى القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية في مديرية طور الباحة تعزى إلى متغير النوع: (ذكور، إناث).
5. لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة: (α = 0.05) في نسبة مستوى الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الثانوية في مديرية طور الباحة تعزى إلى متغير النوع: (ذكور، إناث).

أهداف الدراسة: تتحدد أهداف الدراسة الحالية فيما يلي:

1. التعرف إلى نسبة مستوى انتشار القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية في مديرية طور الباحة.
2. التعرف إلى نسبة مستوى انتشار الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الثانوية في مديرية طور الباحة.
3. التعرف إلى العلاقة بين القلق الاجتماعي والأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الثانوية في مديرية طور الباحة.
4. التعرف إلى الفروق في متوسطات القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية في مديرية طور الباحة تبعًا لمتغير النوع: (ذكور، إناث).
5. التعرف على الفروق في متوسطات الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الثانوية في مديرية طور الباحة تبعًا لمتغير النوع: (ذكور، إناث).

أهمية الدراسة: تكمن أهمية الدراسة في جانبين:

أولًا: من الناحية النظرية: وتأتي أهمية الدراسة أيضًا من قلة الدراسات التي تناولت علاقة القلق الاجتماعي بالأفكار اللاعقلانية في السياق اليمني الريفي، كذلك في تسليط الضوء على الخصوصية الثقافية والاجتماعية للبيئة، التي أُجريت فيها، والتي تتميز بطابعها القبلي، وهو ما قد ينعكس على طبيعة الأفكار والمعتقدات السائدة، ومن ثم على مستوى انتشار القلق الاجتماعي وتطوره. وهو ما يضيف بُعدًا نظريًّا مهمًّا يُمكن أن يُفيد الباحثين في فهم تأثير السياق الثقافي في مثل هذه الاضطرابات النفسية.

ثانيًا: من الناحية العملية (التطبيقية):

1. ما ستتيح هذه الدراسة المجال لاستحداث برامج ذات فعالية في مجال القلق الاجتماعي.
2. ما ستسهم نتائج الدراسة بما يعين القائمين على العملية التربوية والباحثين النفسيين في مراعاة الحالة النفسية والاجتماعية التي يكون عليها الطالب في هذه الفترة الحرجة، وذلك من جانب وقائي ووضع الخطط العلاجية المناسبة للعلاج إذا لزم الأمر.
3. قد تساعد أولياء الأمور على التعرف عن قرب من الجوانب النفسية، والعقلية، والاجتماعية والسلوكية، وبالإضافة إلى ذلك معرفة حاجات ومطالب المرحلة، التي يمر بها طالب المرحلة الثانوية ومن ثم العمل تلبية كل المطالب والحاجات.

حدود الدراسة: تتمثل حدود الدراسة في الآتي:

1. **الحد المكاني:** ستقتصر الدراسة الحالية على مدارس طلبة المرحلة الثانوية في مديرية طور الباحة.
2. **الحد الزماني:** ستجرى الدراسة الحالية في الفصل الدراسي الثاني للعام الدراسي 2023- 2024م.
3. **الحد الموضوعي:** ستقتصر الدراسة على معرفة علاقة القلق الاجتماعي بالأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الثانوية في مديرية طور الباحة، كذلك علاقتها ببعض المتغيرات الديموغرافية.

ولا يجوز تعميم نتائج هذه الدراسة على مجتمعات أخرى تختلف ثقافيًا أو اقتصاديًا

مصطلحات الدراسة: تشمل الدراسة المصطلحات الآتية:

1. القلق الاجتماعي: هو إحساس غامض غير سار يلازم الإنسان، وهذا الإحساس هو الخوف من شيء لا يتحقق، والخوف من مجهول، ويصاحب ذلك التوقع لمصيبة سوف تحدث، ولا يرتبط بموقف أو شيء معين (صادق، 1987م).
2. الأفكار اللاعقلانية: هي مجموعة من الأفكار الخاطئة، التي لا تتفق مع المنطق أو العقل السليم، وتعتمد على المبالغة والتهويل، والتعميم الخاطئ، وتشمل طلب الاستحسان، وابتغاء الكمال الشخصي، واللوم القاسي للذات وللآخرين، وتوقع الكوارث والتهور الانفعالي والقلق الزائد، وتجنب المشكلات والاعتمادية والشعور بالعجز، والانزعاج لمشاكلات الآخرين، وابتغاء الحلول الكاملة (حسيب ,2000م، ص49).
3. طلاب المرحلة الثانوية: هم الطلاب المسجلون رسميًّا في سجلات مدارس الثانوية في مديرية طور الباحة التابعة لوزارة التربية والتعليم للعام الدراسي 2024/2023م، والبالغ عددهم (1747) طالباً وطالبة.

الإطار النظري والدراسات السابقة

الإطار النظري:

المبحث الأول: القلق الاجتماعي Social Anxiety

تعدُّ ظاهرة القلق من الظواهر النفسية الشائعة، التي اهتم بها علماء النفس في العصر الحديث؛ إذ أصبحت ظاهرة ملحوظة كثيرًا لدى الأفراد؛ نتيجة لظروف الحياة الصعبة والمعقدة، كما أن القلق حقيقة من حقائق الوجود الإنساني وجانب دينامي في بناء الشخصية، ومتغير من متغيرات

السلوك البشري، فكذلك يعدُّ القاعدة الرئيسة والمحور الدينامي في جميع الاضطرابات العصابية والعقلية والانحرافات السلوكية، والقاسم المشترك فيما بينها جميعًا، ويعدُّ من أكثر فئات العصاب انتشارًا.

أولاً: مفهوم القلق: anxiety

القلق لغةً: يعرف القلق لغويًّا بأنه: القلق من قلق، والقلق الانزعاج، ويقال بات قلقًا وأقلق غيره، والقلق لا يستقر في مكان واحد (ابن منظور, 1998م:323).

• التعريف السيكولوجي للقلق: يعرف (زهران,2010م:484) القلق بأنه: حالة توتر شامل ومستمر؛ نتيجة توقع خطر فعلي أو رمزي قد يحدث، ويصاحبها سبب غامض وأعراض نفسية وجسمية.

• تصنيفات القلق (أنواع القلق): هناك خمسة أنواع للقلق تتمثل في:

1. القلق الموضوعي: يرى (غالب, 2000م:12) أن القلق الموضوعي هو رد فعل لإدراك خطر خارجي يتوقعه الفرد أو يشعر به أو يراه مقدمًا كما هو الحال في قلق التلميذ المتعلق بالتحصيل مثلًا، أو قلق الفرد المتعلق بالنجاح في عمل جديد.

ويتضح من استعراض تعريف القلق الموضوعي أنه قلق مرغوب وطبيعي (قلق واقعي) إذا لم يتجاوز الحد الطبيعي له، الذي نعيشه جميعًا في حياتنا اليومية، ويؤدي بنا إلى التقدم والارتقاء، ولكن هناك حالات يتجاوز فيها القلق الموضوعي الحد الطبيعي له تستدعي الإرشاد النفسي ومن ثم العلاج

2. القلق العام: يرى (كفافي،1999م:237) أن القلق العام هو بمثابة استعداد لدى الفرد يؤدي إلى معاناة من القلق الوجداني؛ إذا ما تعرض لخطر خارجي يدركه، ويعده عرض من أعراض الاضطرابات النفسية الأخرى، وهو يكون تابع الحدث السابق له من اضطرابات أخرى، وهذا النوع من القلق يتخلل جوانب عديدة ومختلفة من حياة الفرد وهو غير محدد الموضوع والمجال؛ ولكنه يمكن أن يكون محددًا بمجال معين.

ويرى الباحث مما سبق أن القلق العام قلق غير سوي؛ فهو أقرب إلى الناحية المرضية منه إلى الناحية الصحية؛ لأنه غير محدد الموضوع والمنشأ، وبذلك فهو يفقد أو يعيق تقدم الفرد عن مواجهة مواقف الحياة.

3. القلق الخلقي والإحساس بالذنب: إن هذا النوع من القلق ينشأ عندما تكون الأنا الأعلى مصدر الخطر أو التهديد؛ وذلك عندما يقترف الفرد أو يفكر في الإتيان بسلوك يتعارض مع المعايير والقيم التي يمثلها جهاز الأنا الأعلى، ومصدر هذا القلق داخلي كامن في تركيب الشخصية كما هو في القلق العصابي؛ فهو صراع داخل النفس، وليس صراعاً بين الشخص والعالم الخارجي (الهابط، 1999م:83).

ويتضح مما سبق أن القلق الخلقي يشير إلى الخبرة الانفعالية المؤلمة، التي تنشأ عن شعور الفرد بالذنب أو الخجل؛ نظرًا لقيام هذا الشخص بارتكاب فعل يتعارض مع الأخلاق.

4. القلق العصابي (المرضي): يرى (محمد, 1993م:288) أن القلق العصابي هو القلق الذي يكون مصدره داخليًّا ذا أسباب لا شعورية مجهولة بدون وجود مسوغ لها.

ويرى الباحث أن القلق العصابي داخلي المنشأ، ولا يرجع لأسباب خارجية، وهو نوع من القلق، الذي لا يدرك صاحبه علته، و أن كل ما هنالك أنه يشعر بحالة الخوف الغامض والمنتشر المحدد، وهذا القلق يصعب التعايش معه؛ لأنه عبارة عن قلق مرضي يصعب على الفرد التأقلم أو التكيف معه.

5. القلق الموقفي (الخاص): يطلق على هذا النوع من القلق بالقلق محدد الموضوع، ويسمي القلق الخاص باسم المجال أو الموضوع أو الموقف، الذي يرتبط به مثل قلق الامتحان وقلق الانفصال (زهران، 2000م:74).

التعريف السيكولوجي للقلق الاجتماعي: يعرف القلق الاجتماعي طبقًا للدليل التشخيصي والإحصائي الرابع للاضطرابات النفسية DSM-IV) الصادر عن الرابطة الأمريكية للطب النفسي (APA.1994م) على أنه خوف ملحوظ ومستمر, يظهره الفرد في موقف واحد أو أكثر من المواقف الاجتماعية أو مواقف الأداء, التي يتعرض منها الفرد لأشخاص غير مألوفين لديه، والإمعان النظر فيه والتدقيق فيه من الآخرين، وأن الأفراد الذين يعانون من القلق الاجتماعي يخافون التقييم السلبي من الآخرين, ويدركون أنهم لم يحظوا بالرضا والاستحسان منهم؛ بل يعايشون الذل والخزي والارتباك في هذه المواقف, ونتيجة لذلك فإنهم يتجنبون المواقف الاجتماعية. (DSM-IV, 1994م :205-206).

ومما سبق يرى الباحث أن القلق الاجتماعي هو خوف مستمر وملحوظ وقلق شديد، يظهر لدى الأفراد في مواقف التفاعل الاجتماعي والأداء العام؛ إذ يكون سلوكهم موضع ملاحظة من الآخرين، سواء كان ذلك واقعيًّا أو متخيلًا، والحكم والتقييم السلبي من الآخرين عليهم في أثناء هذه المواقف الاجتماعية؛ ولذلك فإنهم يعانون من الكدر والضيق.

• ثانيا: مظاهر القلق الاجتماعي: مظاهر القلق الاجتماعي تنقسم إلى ثلاثة جوانب:

1. مظاهر جسدية: يتجلى في أعراض جسدية تشمل: زيادة النبض، وزيادة في دقات القلب، ومشكلات في المعدة (كسوء الهضم والانتفاخ)، ورطوبة وعرق زائد في اليدين والكفين، وجفاف في الفم والحلق، والارتعاش اللاإرادي، واضطرابات التنفس (كسرعة التنفس، والنهجان) ونقص الحيوية والنشاط والمثابرة، وتوتر العضلات، واللازمات العصبية، ورمش العينين (خفاجي والشاوي، 2009م:80).

2. مظاهر معرفية: ويتمثل في أفكار تقييمية لتقدير الذات الطلق الدائم من ارتكاب الأخطاء، والتفكير المستمر والمتكرر للمواقف الاجتماعية المثيرة للقلق، وما يعتقده الآخرون عنه، وامتلاك خيال سلبي، والانتباه الزائد من الفرد بنفسه (خفاجي والشاوي، 2009م

3. مظاهر سلوكية: يتجلى في سلوك الهرب من المواقف الاجتماعية، وقلة التحدث والكلام بحضور الغرباء، والتردد في التطوع:80).

4. لأداء مهام فردية أو اجتماعية، ومشاعر الضيق عند الاضطرار في الحديث أولًا أو في المناسبات الاجتماعية، والخوف من أن يكون ملاحظًا من الآخرين، والتلعثم في الكلام (خفاجي والشاوي، 2009م:80).

• أسباب القلق الاجتماعي: تتعدد التفسيرات النظرية لأسباب القلق الاجتماعي، ويمكن تلخيصها فيما يأتي:

1- العوامل البيولوجية: الاستعداد الوراثي واضطراب نشاط اللوزة الدماغية...
2- العوامل المعرفية: أنماط التفكير المشوه مثل المبالغة في التهديد(Beck, 2011) ...
3- العوامل الاجتماعية: التربية المتسلطة، تجارب الإحراج المبكر

• مكونات القلق الاجتماعي:

1 المكون الانفعالي: يتمثل في مشاعر الخوف والتوتر والهلع في المواقف الاجتماعية.
2 المكون المعرفي: يتضح في إدراك الشخص للموقف الاجتماعي بطريقة سلبية مع تركيزه على التقييم السلبي الذي قد يتلقاه من الآخرين.
3 المكون الفسيولوجي: يتجسد في التغييرات الفسيولوجية الناجمة عن استثارة الجهاز العصبي المستقل وتنشيطه، ومنها زيادة معدل ضربات القلب ورعشة الصوت والأطراف واصفرار الوجه وزيادة إفراز العرق.
4 المكون السلوكي: يتمثل في السلوك التجنبي للمواقف الاجتماعية المثيرة للقلق عند الشخص المصاب بالقلق الاجتماعي (البناء ،2006م:294).

• ثالثًا: القلق الاجتماعي في ضوء نظريات علم النفس:

نظرية التحليل النفسي: عدَّ فرويد "Frued" القلق ردَّ فعل لحالة من حالات الخطر، التي تواجه الشخص؛ فإذا انتهت هذه الحالة انخفضت أو تلاشت أعراض القلق، ولكنها إذا عادت إلى الفرد ظهرت أعراض القلق مرة أخرى (الشناوي, 2000م:377).

ويرى الباحث أن هذه النظرية التي يتزعمها فرويد "Fried"، الذي أرجع فيها القلق إلي ماضي الطفل وخبراته الأولي القديمة, التي تعرض لها مثل صدمة الميلاد، والقلق بسب كبت الرغبات الجنسية وأثرها في زيادة مشاعر القلق لدى الأفراد ناقصة ومشوشة ويعتريها بعض الأخطاء، في حين نجد أتباع فرويد "Frued" مثل أدلر وهورني وسوليفان "Homey& Sullivan & Adler " ربطوا بين الواقع الحالي الذي يتأثر به الطفل ويحدد سلوكه الحالي، وهم بذلك خالفوا فرويد حين قال إن الماضي وحده, هو الذي يحرك الحاضر, والمستقبل للفرد، واعتبروا أن خبرات الحاضر الناشئ عن الواقع الخارجي، والخبرات الحاضرة, هي التي تشكل نمط تطلعات الفرد للمستقبل

2. نظرية المدرسة السلوكية: يعدُّ القلق من وجهة نظر السلوكيين أنه سلوك متعلم أو استجابة خوف اشتراطية مكتسبة من حيث تكوينها ونشأتها، ويرى السلوكيون أن هذه الاستجابة تستثار بمثير محايد ليس من شأنه ولا في طبيعته أصلًا ما يثير الشعور بالخوف ، فهذا المثير المحايد يكتسب القدرة على استدعاء الخوف نتيجة اقترانه مرات عديدة بمثير طبيعي للخوف على وفق عملية الاشتراط والقوانين التعلُّم التي أكد عليها الاشتراطيون, وعندما ينسى الفرد رابطة الاشتراط وظروفها فإنه عادة ما يخاف عندما يتعرض للمثير الذي كان من قبل محايدًا وأصبح مثيرًا شرطيًا للخوف (القريطي،1998م:130).

ويتضح من عرض النظرية أن المدرسة السلوكية قد أهملت اللاشعور، وركزت اهتمامها علي دراسة السلوك الإنساني الظاهر أو الخارجي، واعتمدوا على المثير والاستجابة في تفسيرهم للقلق، ويتضح أيضًا أن المدرسة السلوكية اتفقت مع مدرسة التحليل النفسي في أن كلا المدرستين ترجعان القلق إلى خبرات مؤلمة في ماضي الفرد في حين أنهما تختلفان في تصورهما التكوين القلق؛ إذ تتحدث التحليل النفسي من علاقة القلق بالهو والأنا والأنا الأعلى، أو الشعور و اللاشعور، في حين يحلل السلوكيون القلق في ضوء الاشتراط الكلاسيكي.

3. نظرية المدرسة الإنسانية: يرى أصحاب هذا الاتجاه أن القلق هو الخوف من المستقبل، وما يحمله من أحداث قد تهدد وجود الإنسان الكائن الوحيد الذي يدرك حتمية نهايته، وأنه معرض للموت في أي لحظة، ومن هنا فإن توقع فجائية حدوث الموت هو المثير الأساس للقلق عند الإنسان. (عبد الغفار, 1981م:126).

ومما سبق يرى الباحث أن النظرية الإنسانية ترى أن القلق ينشأ من عدم التكافؤ بين الذات الواقعية، والذات المثالية؛ أي: عندما يواجه الفرد بعض العوائق والصعوبات، التي تقف أمام تحقيق أهداف وطموحاته، أو عندما يواجه حدثًا يهدد بنيته الذاتية القائمة فعلًا.

4. المدرسة البيولوجية: يعتقد داروين "Darwin" أن للخوف والقلق دورًا توافقيًا يحافظ على الكائن وبعده لمواجهة الخطر؛ فسرعة النبض، واتساع حدقة العين وسرعة التنفس، وتغيير الوجه والصوت تنبه الإنسان أو الكائن إلى وجود الخطر، وتمثل حشدًا لطاقاته الجسمية لمواجهة هذا الخطر، ويرى كانون "Canon" أن مصاحبات القلق البيولوجية والنشاط العضلي, الذي قد يستمر مدة طويلة تؤهل الكائن للهرب أو القتال، ويعدُّ الجهاز السيمبثاوي الإنسان لهذا النوع من الطوارئ، وذلك بتنشيط وإطلاق الأدرينالين في الدم، وإعادة توزيع تدفق الدم من الجلد للعضلات، وتخفيض زمن تخثر الدم. وتوسيع الشعب الهوائية، وتخفيض إفراز اللعاب، وزيادة مستوى السكر بالدم، وهذه التغيرات ترفع من قدرة الإنسان أو الحيوان على الهروب أو القتال (الجوهي، 1419هـ :52).

ويلاحظ من هذه النظرية على الرغم من تركيزها على الجوانب الفسيولوجية لدى الإنسان إلا أنها لم تهمل العوامل الخارجية المؤثرة ودورها في التأثير في الجهاز العصبي اللاإرادي لدى الفرد.

رابعًا: الأساليب العلاجية للقلق الاجتماعي:

على الرغم من صعوبة علاج القلق، فمن أكثر الأمراض النفسية استجابة للعلاج؛ إذ يمكن علاجه بإزالة الأسباب التي أدت إليه، ويمكن القول إن علاج القلق يختلف بحسب الفرد وشدة القلق، ووسائل العلاج المتاحة للفرد (العناني ،1998م:115).

ومن هذا المنطلق يستعرض الباحث بعض أهم أنواع العلاج النفسي المستخدمة في مجال القلق الاجتماعي وهي كالآتي:

أ ـ العلاج بالتحليل النفسي:

وهو إحدى الوسائل المهمة في علاج القلق حيث يساعد على تقوية (الأنا) للمريض بوصفها الجزء المسيطر على حفزات (الهو) والمنسق بين متطلبات (الهو) وضوابط (الأنا الأعلى) وكما يهدف إلى إظهار الذكريات والأحداث المؤلمة والمكبوتة بمعنى تحديد أسباب القلق الدفينة في

اللاشعور ونقلها إلى حيز الشعور ويتم ذلك عن طريق التداعي الحر وتفسير الأحلام إذ يصل المريض إلى الاستبصار بالمشكلة ومحاولة حلها (الداهري،1999م:334).

ويرى الباحث أن التحليل النفسي يحتاج كثيرًا من الوقت والجهد والمال؛ ولذا يستحم اتباعه إلا في الحالات الشديدة المزمنة التي يتطلب علاجها الوقت والمال.

ب - العلاج السلوكي المعرفي: يعدُّ العلاج السلوكي المعرفي أكثر أنواع العلاج النفسي شيوعًا في الوقت المعاصر في اضطراب القلق هو العلاج النفسي السلوكي المعرفي، وهو محاولة تغيير النظم المعرفية في التفكير، من خلال هذا العلاج المتخصص (عكاشة،2003م:149).

المبحث الثاني: الأفكار اللاعقلانية Irrational Ideas يرى (سعد, 1994م:119) أن أفكار الفرد ومعارفه تؤدي دورًا أساسًا في تشكيل سلوكه وبناء شخصيته؛ إذ يجب الاعتماد على العقل في تقرير الحقيقة؛ فهو المصدر الوحيد الموثوق به، وهو الوحيد الذي يجعل الفرد قادرًا على فهم ذاته وفهم المواقع الذي يعيش فيه.

1- مفهوم الأفكار اللاعقلانية: يُشير مفهوم الأفكار اللاعقلانية حسب Ellis (1977) إلى منظومة من المعتقدات غير المنطقية التي يتبناها الفرد وتؤدي إلى تشوه تفسيره للمواقف، ومنها: المبالغة في المطالب، التهويل، الكارثية، ضرورة نيل القبول من الجميع، والتعميم المفرط".

ويعرف أليس "Ellis" الأفكار اللاعقلانية بأنها الأفكار غير المنطقية، التي تتميز بالمبالغة والتهويل في تفسيرها للحدث، والتي تعوق الفرد في حياته اليومية وتسبب له اضطرابًا نفسيًا (الشربيني، 540:2005).

ويرى الباحث من التعريفات السابقة بأن الأفكار اللاعقلانية هي أنماط غير سوية والبعيدة عن المنطق والتي تؤدي بصاحبها إلى سوء التكيف.

2- أعراض الأفكار اللاعقلانية: يمكن تقسيم أعراض الأفكار اللاعقلانية على:

1. أعراض مزاجية Mood symptoms: حزين - مكتئب - غير سعيد - منخفض المعنوية – قلق - سهل الاستثارة وفقد المتعة والبهجة والرضا عن الحياة.
2. أعراض معرفية " Cognition symptoms: فقدان الاهتمام - صعوبة التركيز - انخفاض الدافع الذاتي - الأفكار السلبية - التردد - الشعور بالذنب - الأفكار الانتحارية - الهلاوس - الأوهام - ضعف التقييم النفسي - نظرة سلبية للنفس - الشعور بفقد الأمل في المستقبل.
3. أعراض سلوكية Behavior symptoms: تأخر ردود الأفعال السيكو حركية أو زيادتها - البكاء - الانسحاب الاجتماعي - الاعتماد على الغير - الانتحار.

3- الأفكار اللاعقلانية كما أوردها أليس "Ellis":

الفكرة الأولى: طلب الاستحسان Demand Of Approval: (من الضروري أن يكون الشخص محبوبًا أو مرضيًّا عنه من كل المحيطين به) وهذه الفكرة لا عقلانية؛ لأنه:

هدف لا يمكن تحقيقه، وذلك لأن إرضاء الناس غاية لا تدرك.

الفكرة الثانية: ابتغاء الكمال الشخصي Personal Perfection:

(يجب على الفرد أن يكون على درجة عالية من الكفاءة والمنافسة وأن ينجز ما يمكن أن يعدُّ نفسه بسببه ذا قيمة وأهمية).

وهذه الفكرة لا عقلانية؛ لأنها:

صعبة التحقيق واندفاع الفرد لتحقيقها يؤدي إلى إجهاده وظهور الاضطرابات السيكوسوماتية لديه.

الفكرة الثالثة: اللوم الزائد للذات والآخرين Blame – proneness:

(بعض الناس شرٌّ وأذًى وعلى درجة عالية من الخبث والجبن والنذالة وهم لذلك يستحقون العقاب والتوبيخ).

وهذه الفكرة لا عقلانية؛ لأنه ليس هناك معيار مطلق للصواب والخطأ؛ فالأعمال الخاطئة، التي ترتكب قد تعود إلى الجهل أو الاضطراب الانفعالي، وكل إنسان عرضة للخطأ، والعقاب لا يؤدي إلى تعديل السلوك والشخص العادي والسوي لا يلوم نفسه ولا يلوم الآخرين إذا أبدوا له عيوبه؛ بل إنه يحاول أن يصحح سلوكه إذا كان خطأً (الشناوي،1994م:98).

الفكرة الرابعة: توقع المصائب والكوارث Catastrophizing: (إنه لمن المصائب الفادحة أن تسير الأمور بعكس ما يتمنى الفرد).

وهذه الفكرة لا عقلانية؛ لأنه:

لا يوجد سبب يجعل الأشياء تختلف عن الواقع الذي هي عليه.

الفكرة الخامسة: عدم المبالاة الانفعالية Emotional - Irresponsibility:

(المصائب والتعاسة تعود أسبابها إلى الظروف الخارجية والتي ليس للفرد تحكم فيها).

وهذه الفكرة غير عقلانية؛ لأن الظروف الخارجية وإن كانت عوامل محرضة وسيئة ليست هي السبب في التعاسة؛ ولكنها تتأثر باتجاهات الفرد نحوها، وردود أفعاله نحوها هو الذي يجعلها تبدو كذلك من خلال تضخيم وتهويل الإثارة من الخارج، إلا أنه يدرك أن من الممكن تغيير ردود أفعاله نحوها، وذلك بإعادة النظر فيها وتحديدها والتعبير لفظيًّا عنها (الصقهان،2005م:20).

الفكرة السادسة: القلق الناتج عن الاهتمام الزائد Anxious Over Concern:

(الأشياء الخطرة أو المخيفة في أسباب الهم الكبير والانشغال الدائم للفكر، وينبغي أن يتوقعها الفرد دائمًا وأن يكون على أهبة الاستعداد لمواجهتها والتعامل معها).

وهذه الفكرة لا عقلانية؛ لأن الهم والقلق وانشغال البال يؤديان إلى أضرار كثيرة،

الفكرة السابعة: تجنب المشكلات Problems Avoidance:

(الأسهل للفرد أن يتجنب بعض المسؤوليات وأن يتحاشى مواجهة الصعوبات بدلًا من مواجهتها)

وهذه الفكرة لا عقلانية؛ لأن تجنب الواجبات والمسؤوليات أكثر صعوبة وإيلامًا للنفس من إنجازاتها؛ فالهروب من المسؤوليات يؤدي إلى ظهور مضاعفات أخرى ومشاعر بعدم الرضا، وفقد الثقة بالنفس، وعلى العكس فإن ممارسة الفرد المسؤوليات تجنب الفرد الألم وتشعره بتحقيق ذاته ولذة الإنجاز (العنزي،2007م:82).

الفكرة الثامنة: الاعتمادية Dependency:

(يجب أن يعتمد الشخص على الآخرين، ويجب أن يكون هناك شخص أقوى منه لكي يعتمد عليه).

هذا الفكرة لا عقلانية؛ لأنه في حين تعتمد جميعًا على بعضنا بعض إلى حد ما، إلا أنه ليس هناك سبب للمبالغة في الاعتماد على الآخرين؛ لأنها تضر إلى فقد الحرية، كذلك تقود إلى مزيد من الاعتمادية وإلى الفشل في التعلم وفقد الأمان؛ بسبب أنه يصبح تحت رحمة من بعثت عليهم والشخص العاقل هو الذي يكافح من أجل تحقيق الذات واستقلالها، و لكنه لا يرفض السادة، بل يبحث عنها أحيانًا إذا احتاج إليها، وهو يدرك أن المجازفات على الرغم من أنها محفوفة بالفشل إلا أنها تستحق الممارسة، كما أنه يرى أن الفشل في أمر ما ليس شيئًا مدمرًا (القذافي،2002م:172).

الفكرة التاسعة: الشعور بالعجز وأهمية خبرات الماضي Helplessness:

(الخبرات والأحداث الماضية هي المحددات الأساسية للسلوك والمؤثرات الماضية لا يمكن استئصالها).

وهذه الفكرة لا عقلانية؛ لأن السلوك الذي كان في وقت ما يبدو ضروريًّا في ظروف معينة قد لا يكون ضروريًّا في الوقت الحالي، والحلول الماضية للمشكلات السابقة قد لا تكون ملائمة حلولًا للمشكلات الحالية، والمؤثرات الماضية قد تؤدي إلى تجنب تحديد السلوك يوصف ذلك نوعًا من الهرب أو التبرير، وعلى الرغم من صعوبة تغير ما سبق تعلمه يظل ذلك ليس مستحيلًا، والشخص العاقل أو المتعقل يعترف أن الماضي جزءً مهمّ في حياتنا، ولكنه يدرك أيضًا أنه من الممكن تغيير الحاضر عن طريق تحليل نتائج الماضي وتمحيص الأفكار المكتسبة ذات التأثير الضار ودفع نفسه من إلى التصرف بطريقة مختلفة في الوقت الراهن (عبد العزيز،2001م:40).

الفكرة العاشرة: الانزعاج لمتاعب الآخرين Upset For People's Problems:

(ينبغي أن يحزن الفرد لما يصيب الآخرين من اضطرابات ومشكلات).

وهذه الفكرة لاعقلانية؛ لأن شعور الفرد بالحزن والتعاسة لمصاعب وأحزان الغير لن يساعدهم على حلها أو التغلب عليها، كما أن ذلك سيؤدي به إلى إهمال مشكلاته الخاصة والتقصير في أداء واجباته، وهذا يكون مصدرًا جديدًا للانزعاج (شحاتة, 2006م:85).

الفكرة الحادية عشر: ابتغاء الحلول الكاملة Perfect Solutions:

(هناك دائمًا حل لكل مشكلة وهذا الحل يجب التوصل إليه وإلا فإن النتائج سوف تكون خطيرة) وهذه الفكرة لا عقلانية للأسباب الآتية:

لا يوجد حل صحيح وكامل لأي مشكلة.

والعاقل هو من يحاول أن يجد حلولاً كثيرة ومتنوعة للمشكلة الواحدة ثم يختار أنسبها وأكثرها قابلية للتنفيذ معتقدًا أنه لا يوجد حل كامل بصورة مطلقة (العنزي،2007م:80).

5.العلاقة بين القلق الاجتماعي والأفكار اللاعقلانية: تشير النماذج المعرفية للاضطرابات النفسية إلى أن الأفكار اللاعقلانية تساهم في تعزيز القلق الاجتماعي، حيث تؤدي معتقدات مثل (ضرورة الأداء المثالي) و(الخوف المرضي من الرفض) إلى ارتفاع مستويات القلق عند مواجهة المواقف الاجتماعية (Clark & Wells, 1995; Ellis, 1977)."

ثانيًا: البحوث والدراسات السابقة:

أ. دراسات متعلقة بالقلق الاجتماعي.

دراسة الشريدة (2022م) هدفت لفحص العلاقة بين العجز المتعلم والقلق الاجتماعي وتقدير الذات لدى طلاب المرحلة الثانوية في منطقة القصيم. تكونت العينة من (60) طالبًا من طلاب المرحلة الثانوية. واعتمد على المنهج الوصفي الارتباطي، واعتمدت الدراسة على ثلاثة مقاييس: مقياس العجز المتعلم، مقياس القلق الاجتماعي، ومقياس تقدير الذات. وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباط موجبة دالة بين العجز المتعلم والقلق الاجتماعي، كما كشفت النتائج عن علاقة ارتباط سالبة دالة بين العجز المتعلم وتقدير الذات.

تتميز الدراسة باستخدام أدوات قياس متعددة مما يعزز صدق النتائج. إلا أن حجم العينة صغير نسبيًا ولا يمثل مجتمعًا كبيرًا، إضافة إلى اقتصار العينة على الذكور فقط، مما يحدّ من إمكانية التعميم. كما أن السياق السعودي يختلف عن السياق اليمني من حيث الظروف الاجتماعية والتعليمية. الاستفادة منها قدمت الدراسة أساسًا مهمًا لفهم الارتباط بين القلق الاجتماعي والمتغيرات النفسية، مما يدعم الحاجة لدراسة القلق الاجتماعي في البيئة اليمنية مع متغيرات أكثر ارتباطًا بواقع الطلاب، ومنها الأفكار اللاعقلانية.

دراسة الطنطاوي (2020م) هدفت إلى استكشاف العلاقة بين القلق الاجتماعي وجودة الحياة لدى طلاب الجامعة، وفحص الفروق في هذه العلاقة تبعًا لمتغير النوع. تكوّنت العينة من (169) طالبًا وطالبة من كلية التربية بجامعة بنها. تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي. واستعمل الباحث مقياسين: مقياس القلق الاجتماعي، ومقياس جودة الحياة. وقد توصلت النتائج إلى وجود علاقة ارتباط سالبة ذات دلالة إحصائية بين القلق الاجتماعي وجودة الحياة، كما كشفت عن فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة تبعًا لمتغير النوع، لمصلحة الذكور. اعتمدت على أدوات معروفة وذات معاملات ثبات مقبولة، وهذا يعزز مصداقيتها. ومع ذلك، اقتصرت الدراسة على طلاب الجامعة وليس طلاب المدارس، مما يختلف عن الفئة المستهدفة في الدراسة الحالية. كما أن جودة الحياة متغير واسع قد يتأثر بعوامل أخرى لم تذكر الدراسة مدى التحكم فيها. الاستفادة منها تؤكد هذه الدراسة التأثير السلبي للقلق الاجتماعي على الجوانب الحياتية، مما يدعم ضرورة دراسة العوامل المعرفية مثل الأفكار اللاعقلانية لدى طلاب المرحلة الثانوية.

دراسة (بنسينك Bensink, 2006م). هدفت الدراسة إلى التعرف إلى العلاقة بين استخدام الإنترنت وكل من نمو الهوية والقلق الاجتماعي لدى المراهقين، وتكونت عينة الدراسة من (161) طالبًا وطالبة بالمرحلة الثانوية، وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيًّا بين القلق الاجتماعي وإدمان الإنترنت كما أشارت الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائيًّا في القلق الاجتماعي تعزى لمتغير النوع لمصلحة الإناث. تميزت الدراسة بتناولها متغيرات معاصرة (الاستخدام المفرط للإنترنت). إلا أن اعتمادها على مقاييس مترجمة قد يؤثر على البناء الثقافي للأداة. إضافة إلى أن البيئة الغربية تختلف ثقافيًا عن البيئة العربية واليمنية، مما يقلل من إمكانية التعميم. الاستفادة منها تشير الدراسة إلى أن القلق الاجتماعي يرتبط بسلوكيات أخرى مثل الإدمان أو التجنب، وهذا يعزز فكرة فحص الارتباط بين القلق الاجتماعي والأفكار اللاعقلانية.

ب - دراسات متعلقة بالأفكار اللاعقلانية:

دراسة (جعفر,2011م) هدفت الدراسة إلى التعرف إلى العلاقة بين التفكير العقلاني واللاعقلاني والاكتئاب, وقد استهدفت التعرف إلى الفروق بين الذكور والإناث في التفكير العقلاني واللاعقلاني وكذلك في الاكتئاب لدى طلبة كلية التربية (صبر) جامعة عدن, وقد تألفت عينة الدراسة من (292) طالبًا وطالبة من كلية التربية (صبر) وطبقت الباحثة استبانة الأفكار العقلانية واللاعقلانية التي طبقها حسيب (2000م) واستبانة بيك للاكتئاب كما استخدمت التكرارات والنسب المئوية والاختبار التائي ومعاملات الارتباط بوصفه أسلوبًا احصائيًّا للتوصل إلى النتائج: واظهرت النتائج أنه توجد علاقة موجبة ذات دلالة إحصائية بين بعض الأفكار العقلانية واللاعقلانية والاكتئاب. هذه الدراسة قدمت أدوات قياس مناسبة وبيئة محلية قريبة من بيئة الدراسة الحالية (اليمن). إلا أنها ركزت على طلاب الجامعة ولم تتناول المرحلة الثانوية. كما أن الربط بين الأفكار اللاعقلانية والاكتئاب فقط يجعلها غير مباشرة بالنسبة لموضوع القلق الاجتماعي. الاستفادة منها توضح العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية والاضطرابات النفسية، مما يعطي أساسًا قويًا لدراسة ارتباطها بالقلق الاجتماعي لدى طلاب المدارس.

دراسة (مجلي، 2011م) هدفت الدراسة إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية والضغوط النفسية لدى طلبة كلية التربية صعدة - جامعة عمران، وتكونت عينة البحث من (300) طالب وطالبة بالجامعة، وطبق الباحث مقياس الأفكار اللاعقلانية واختبار الضغوط النفسية وهما من إعداد الباحث، وتوصل إلى وجود علاقة ارتباطية بين الأفكار اللاعقلانية وبين الضغوط النفسية، كما وجد فروق ذات دلالة إحصائية في الأفكار اللاعقلانية بين الطلبة على وفق متغير النوع لمصلحة الذكور. استخدام أدوات من إعداد الباحث قد يؤثر على درجات الصدق والثبات. كما أن الدراسة أجريت في بيئة جامعية وليس في التعليم الثانوي. ومع ذلك، تتصف الدراسة بتناولها متغيرًا معرفيًا قريبًا من موضوع الدراسة الحالية. الاستفادة منها تعزز النتائج أهمية الأفكار اللاعقلانية كمتغير مؤثر في الصحة النفسية، مما يدعم دمجه في النموذج الحالي لدراسة القلق الاجتماعي.

ج. دراسات متعلقة بالقلق الاجتماعي والأفكار اللاعقلانية.

دراسة (العوفي، محمد مشعل عبيد,2021م). هدفت الدراسة إلى التعرف إلى "القلق الاجتماعي وعلاقته بالأفكار اللاعقلانية لدى طلاب المرحلة الثانوية في محافظة الحناكية في المملكة العربية السعودية، وطبقت هذه الدراسة على عينة مكونة من (487) من طلاب المرحلة الثانوية في محافظة الحناكية، واستخدم المنهج الوصفي واستعمل الباحث مقياس الأفكار اللاعقلانية ومقياس القلق الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية من إعداد الباحث، وكشفت نتائج الدراسة مستوى الأفكار اللاعقلانية لدى طلاب المرحلة الثانوية في محافظة الحناكية. جاء بدرجة متوسطة، ومستوى القلق الاجتماعي، جاء بدرجة منخفضة، وكشفت عن وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيًّا عند مستوى (0,01) بين الأفكار اللاعقلانية والقلق الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية في محافظة الحناكية. تُعد من أقرب الدراسات لموضوع الدراسة الحالية، وذات عينة كبيرة، وهذا يعزز إمكانية التعميم. إلا أن استخدام أدوات من إعداد الباحث يلزم معه تدقيق في معاملات الثبات والصدق. كما أن السياق السعودي يختلف عن السياق اليمني في بعض الجوانب التعليمية والثقافية. الاستفادة منها تُعد هذه الدراسة الأساس المباشر الذي يعتمد عليه الباحث في تحديد وجود علاقة بين القلق الاجتماعي والأفكار اللاعقلانية، وقد ساعدته في صياغة مشكلة الدراسة الحالية وتحديد فرضياتها.

- **أوجه الاستفادة من الدراسات السابقة:** يشير الباحث إلى استفادته من الدراسات السابقة من حيث الإسهام في صياغة أسئلة الدراسة وأهدافها، وهو ما يضمن توافقها مع الأبحاث الموجودة ويسهم في ملاءمتها للسياق المعني، وقد أسهمت المعلومات والمفاهيم النظرية من الدراسات السابقة في تعزيز الإطار النظري للدراسة الحالية، وهو ما يضمن قاعدة معرفية قوية للدراسة, كذلك استفاد الباحث من الاطلاع على أدوات القياس المستخدمة فيها في بناء المقاييس الخاصة بالدراسة؛ إذ اتفقت الدراسات السابقة في استخدام أداة الدراسة الاستبانة " في قياس كل من القلق الاجتماعي والأفكار اللاعقلانية، تنوعت الدراسات السابقة في دراستها لمتغير القلق الاجتماعي، ومتغير الأفكار اللاعقلانية, إذ عرضتها مع متغيرات أخرى مختلفة، وصنفت الدراسات السابقة ما بين الارتباطية, والتجريبية ودراسات سببية, ومن الدراسات الارتباطية المتعلقة بالقلق الاجتماعي والأفكار اللاعقلانية, دراسة العوفي، محمد مشعل عبيد,(2021م), ودراسة عسيري (2017م), ودراسة حجازي (2013م), وساعدت الدراسات السابقة في تحديد الفجوات في البحثية، وهو ما يمكّن الباحث من توجيه دراسته نحو معالجة هذه الفجوات وتقديم إضافات جديدة للمجال ,حيث أضافت الدراسات السابقة رؤًى نظرية تساعد الباحث في بناء إطار مفاهيمي قوي يدعم بحثه، وذلك يعزز من مصداقية النتائج؛ إذ توضح الدراسات جميعها وجود علاقة إيجابية بين القلق الاجتماعي والأفكار اللاعقلانية، وهو ما يعزز الحاجة لفهم هذه الديناميكية فهمًا أعمق لتطوير إستراتيجيات تدخل فعالة.

بعد اطلاع الباحث تبين له من خلال الدراسات السابقة مدى الاهتمام بموضوع القلق الاجتماعي، وموضوع الأفكار اللاعقلانية، وتبين للباحث مدى اهتمام الدراسات السابقة بفئة الطلبة؛ وذلك من وفرة الدراسات، التي أجريت عليهم، بهذه الطرائق، تسهم الدراسات السابقة كثيرًا في إثراء البحث وتوجيهه نحو نتائج أكثر دقة وفائدة.

إجراءات الدراسة

منهج الدراسة: اعتمد الباحث المنهج الوصفي الارتباطي لملاءمته لطبيعة الدراسة التي تهدف إلى تحديد مستوى القلق الاجتماعي والأفكار اللاعقلانية والكشف عن طبيعة العلاقة الإحصائية بينهما دون تدخل في المتغيرات.

مجتمع الدراسة: يتكون مجتمع الدراسة من طلبة المدارس الثانوية بمديرية طور الباحة؛ إذ بلغ عددهم (1747) منهم (999) من الذكور و(748) من الإناث، بحسب إحصائية العام الدراسي 2024م.

جدول: (3/1) يبين حجم المجتمع من الطلبة بمدارس م/ طور الباحة الثانوية

م	اسم المدرسة	الصف الأول ثانوي		الصف الثاني ثانوي		الصف الثالث ثانوي		كل المستويات		
		ذكور	إناث	ذكور	إناث	ذكور	إناث	ذكور	إناث	مج
1	الـصِديق	150	-	90	-	105	-	345	-	345
2	الفاروق	61	-	81	-	50	-	192	-	192
3	معاذ بن جبل	32	-	37	-	23	-	92	-	92
4	عمر عبد العزيز	15	-	13	-	7	-	35	-	35
5	سعد بن معاذ	14	-	11	-	-	-	25	-	25
6	22مايو	21	2	20	10	-	-	41	12	53
7	صلاح الدين	13	9	15	5	9	11	37	25	62
8	زيد بن حارثة	22	20	17	10	46	14	85	44	129
9	أنس بن مالك	10	6	13	6	3	7	26	19	45
10	علي بن أبي طالب	35	13	18	6	11	7	64	26	90
11	أسامة بن زيد	21	13	19	10	17	6	57	29	86
12	خديجة	-	93	-	104	-	100	-	297	297
13	الزهراء	-	33	-	30	-	27	-	90	90
14	قحطان الشعبي	-	35	-	32	-	35	-	102	102
15	أروى	-	25	-	14	-	38	-	77	77
16	خولة بنت الأزور	-	4	-	13	-	10	-	27	27
	المجموع	394	253	334	240	271	255	999	748	1747

عينة الدراسة: حجم العينة: بحسب حجم العينة الحقيقي n بمعلومية حجم المجتمع الأصليN بعد استخدام معادلة ستيفن ثامبسون الإحصائية: ونتيجة لذلك أصبحت قيمة حجم العينة n = 315 طالبًا وطالبة بنسبة (18.03%) من حجم المجتمع؛ على وفق تلك النسبة، وجد أن عدد عينة الطالبات (135) طالبة من مجموع عدد طالبات مدارس المديرية الثانوية، في حين وجد أن عدد عينة الطلاب (180) طالبًا من مجموع عدد طلاب مدارس المديرية الثانوية

جدول: (3/2) يبين تحديد حجم العينة من حجم المجتمع على وفق النسبة المحددة على وفق المعادلة

الصف الاول ثانوي		الصف الثاني ثانوي		الصف الثالث ثانوي		المجموع	
ذكور	إناث	ذكور	إناث	ذكور	إناث	ذكور	إناث
71	46	60	43	49	46	180	135
117		103		95		315	

أدوات الدراسة: استخدم الباحث في هذه الدراسة أداتين لتحقيق أهداف الدراسة، وهي:

أ. مقياس القلق الاجتماعي. إعداد الباحث.

ب مقياس الأفكار اللاعقلانية. إعداد الباحث.

أولًا: مقياس القلق الاجتماعي:

- خطوات بناء المقياس: لقد اتبع الباحث الإجراءات الآتية في إعداد المقياس:

أولاً: اطلع الباحث على مقاييس عديدة تناولت موضوع القلق الاجتماعي، وأعد مقياس القلق الاجتماعي يتناسب مع عينة الدراسة الحالية، ويعزو الباحث ذلك إلى عدم تمكنه من الحصول على مقياس للقلق الاجتماعي مقننة على البيئة المحلية، وبالإضافة إلى عدم ملاءَمة عبارات المقاييس المتاحة في هذا المجال؛ وذلك لخصوصية البيئة وخصوصية العينة المختارة والمقاييس التي اطلع عليها:

1. مقياس القلق الاجتماعي إعداد: سامر رضوان (2001م).
2. مقياس القلق الاجتماعي إعداد: ممدوح محمد (2002م).
3. مقياس القلق الاجتماعي إعداد: وحيد كامل (2003م).
4. مقياس القلق الاجتماعي إعداد: أماني عبد المقصود (2006م).

- صدق المحكمين: عرض الباحث الصورة الأولية لمقياس القلق الاجتماعي (ملحق رقم1) على مجموعة من المتخصصين في ميدان علم النفس بلغ عددهم (10) محكمين (ملحق رقم6) وقد اطلع جميع المحكمين على المقياس وأبدوا جملة من التعليقات والملاحظات طبقها وعدل بعضها؛ بناءً على ما اتفق عليه (80%) فأكثر من المحكمين، كما هو موضح بالجدول الآتي:

جدول رقم: (3/4): نسبة الاتفاق للأساتذة المحكمين على كل عبارة من عبارات مقياس القلق الاجتماعي

رقم العبارة	التكرار	نسبة الاتفاق	رقم العبارة	التكرار	نسبة الاتفاق
(1	8	%80	(13	10	%100
(2	10	%100	(14	9	%90
(3	9	%90	(15)	10	%100
(4	9	%90	(16)	9	%90
(5	8	%80	(17)	9	%90
(6	9	%90	(18)	10	%100
(7	10	%100	(19)	10	%100
(8	10	%100	(20)	9	%90
(9	10	%100	(21)	8	%80
(10	10	%100	(22)	10	%100
(11	9	%90	(23)	8	%80
(12	8	%80			

- صدق الاتساق الداخلي:

تصحيح المقياس: وضع الباحث مفتاح التصحيح؛ إذ استخدم مقياسًا (ثنائي) الأبعاد (لا، نعم) لتقييم حالات القلق الاجتماعي على عبارات المقياس (الإيجابية والسلبية) من إجابات كل فرد من أفراد العينة الاستطلاعية كما يتبين في الجدول الآتي:

جدول (3/5) يبين مفتاح تصحيح بحسب الإجابات لمقياس القلق الاجتماعي

تصنيف البدائل / نوع العبارة وترميزه		لا	نعم
إيجابية	الترميز	1	2
سلبية	الترميز	2	1

- التحقق من صدق الاتساق الداخلي لمقياس القلق الاجتماعي: طبقت أداة الدراسة على عينة استطلاعية مكونة من (12) فردًا، إذ جرى التحقق من صدق الاتساق الداخلي لمقياس القلق الاجتماعي بحساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات كل عبارة ومجموع درجات مقياس القلق الاجتماعي، الذي تنتمي إليه، هذه العبارة

- ثبات مقياس القلق الاجتماعي: للتأكد من ثبات مقياس القلق الاجتماعي، أوجد معامل الارتباط إحصائيًّا بحسابه من القيمة التامة على وفق طريقة ألفا كرو نباخ، وطريقة التجزئة النصفية لسبيرمان براون من خلال تطبيق مقياس القلق الاجتماعي على العينة الاستطلاعية المختارة والجدول الآتي يبين ذلك.

والجدول (3/3) يبين الثبات بطريقتي ألفا كرو نباخ والتجزئة النصفية لمقياس القلق الاجتماعي:

المقياس	عدد العبارات	معامل ارتباط ألفا كرو نباخ	معامل ارتباط سبيرمان براون للتجزئة النصفية
مقياس القلق الاجتماعي	23	0.982	.9610

يتبين من الجدول السابق أن معاملات الثبات لمقياس القلق الاجتماعي عالية ودالة عند مستوى دلالة (0.01) وذلك يدل على صلاحيته للاستخدام.

ثانيًا: مقياس الأفكار اللاعقلانية:

خطوات بناء المقياس: أولاً: اطلع الباحث على مقاييس عديدة تناولت موضوع الأفكار اللاعقلانية، وأعد الباحث مقياس الأفكار اللاعقلانية على الرغم من وفرة المقاييس، ويعزو الباحث ذلك إلى عدم تمكنه من الحصول على مقاييس للأفكار اللاعقلانية مقننة على البيئة، وبالإضافة إلى عدم ملاءَمة عبارات المقاييس المتاحة في هذا المجال وذلك لخصوصية البيئة في مديرية طور الباحة، وخصوصية العينة المختارة والمقاييس التي تم اطلع عليها:

1. مقياس الأفكار اللاعقلانية إعداد: سليمان الريحاني (1985م).
2. مقياس الأفكار اللاعقلانية للأطفال والمراهقين، تعريب: معتز سيد عبد الله ومحمود السيد عبد الرحمن (1994م).
3. مقياس الأفكار اللاعقلانية إعداد: سماح السيد (2006م).

مكونات المقياس: تكون مقياس الأفكار اللاعقلانية من أحد عشر مجالًا، كما هو موضح بالجدول الآتي:

جدول رقم (3/4) توزيع فقرات مقياس الأفكار اللاعقلانية على مجالات المقياس

م	المجال	الفقرات
1	طلب الاستحسان	-12-23-341
2	ابتغاء الكمال الشخصي	2-13-24-35
3	اللوم الزائد للذات وللآخرين	3-14-25-36
4	توقع المصائب والكوارث	4-15-26-37
5	عدم المبالاة الانفعالي	5-16-27-38

م	المجال	الفقرات
6	القلق الزائد عن الاهتمام الزائد	6-17-28-39
7	تجنب المشكلات	7-18-29-40
8	الاعتمادية	8-19-30-41
9	الشعور بالعجز وأهمية خبرات الماضي	9-20-31-42
10	الانزعاج لمتاعب الآخرين	10-21-32-43
11	ابتغاء الحلول الكاملة	11-22-33-44

صدق مقياس الافكار اللاعقلانية:

صدق مقياس الافكار اللاعقلانية:

- صدق المحكمين: عرض الباحث الصورة الأولية لمقياس الأفكار اللاعقلانية (ملحق رقم 2) على مجموعة من المتخصصين في ميدان الإرشاد النفسي وعلم النفس بجامعة لحج (كلية طور الباحة – كلية صبر- كلية الطب)؛ إذ بلغ عددهم (10) (ملحق رقم 6) وقد اطلع جميع المحكمين على المقياس وأبدوا جملة من والملاحظات والتعديلات، التي تم وأُخذ بها؛ بناءً على ما اتفق عليه (80%) فأكثر من المحكمين، كما هو موضح بالجدول الآتي:

جدول رقم (3/9) نسبة الاتفاق للأساتذة المحكمين على كل عبارة من عبارات مقياس الأفكار اللاعقلانية

رقم العبارة	التكرار	نسبة الاتفاق	رقم العبارة	التكرار	نسبة الاتفاق
.1	8	%80	.23	10	%100
.2	10	%100	.24	8	%80
.3	9	%90	.25	10	%100
.4	10	%100	.26	9	%90
.5	9	%90	.27	10	%100
.6	9	%90	.28	9	%90
.7	10	%100	.29	10	%100
.8	9	%90	.30	9	%90
.9	10	%100	.31	10	%100
.10	8	%80	.32	8	%80
.11	10	%100	.33	9	%90
.12	9	%90	.34	10	%100
.13	8	%80	.35	9	%90
.14	9	%90	.36	10	%100
.15	10	%100	.37	10	%100
.16	9	%90	.38	10	%100
.17	10	%100	.39	9	%90
.18	9	%90	.40	10	%100
.19	10	%100	.41	10	%100
.20	8	%80	.42	8	%80
.21	10	%100	.43	10	%100
.22	8	%80	.44	9	%90

- صدق الاتساق الداخلي لمقياس الافكار اللاعقلانية:

تصحيح المقياس: وضع الباحث مفتاح التصحيح؛ إذ استخدم مقياسًا ثلاثي الأبعاد (دائمًا، أحيانًا، أبدًا) لتقييم حالات الأفكار اللاعقلانية على عبارات المقياس من خلال إجابات كل فرد من أفراد العينة الاستطلاعية كما يتبين في الجدول الآتي:

جدول (3/10) يبين مفتاح تصحيح بحسب الإجابات لمقياس الأفكار اللاعقلانية

ترميز العبارات / تصنيف البدائل		دائمًا	أحيانًا	أبدًا
إيجابية	الترميز	3	2	1
سلبية	الترميز	1	2	3

- التحقق من صدق الاتساق الداخلي لمقياس الأفكار اللاعقلانية: طبق مقياس الأفكار اللاعقلانية على عينة استطلاعية مكونة من (12) فردا؛ إذ جرى التحقق من صدق الاتساق الداخلي لمقياس الأفكار اللاعقلانية بحساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات كل عبارة ومجموع درجات المجال، الذي تنتمي إليه من المجالات المكونة لمقياس الأفكار اللاعقلانية

جدول (5 /3) يوضح معاملات ارتباط كل عبارة من عبارات مقياس الأفكار اللاعقلانية مع الدرجة الكلية للمقياس

المجال	رقم العبارة	العبارة	معامل الارتباط	المجال	رقم العبارة	العبارة	معامل الارتباط
طلب الاستحسان	(1)	أسعى أن أجد القبول من الآخرين في كل تصرفاتي.	0.917(**)	تجنب المشكلات	(7)	تعرضي لمشكلة ما يلهيني عن تحقيق أهدافي.	0.810(**)
	(12)	أضحي باهتماماتي ورغباتي لكي أكون محبوبًا.	0.826(**)		(18)	أتوقع النتائج السيئة لمشكلاتي باستمرار.	0.826(**)
	(23)	يتقبل الأفراد المحيطين بي كل تصرفاتي.	0.728(**)		(29)	أشعر بالتوتر عند تعرضي لمشكلة ما..	0.687(*)
	(34)	أهتم اهتمامًا بالغًا برأي الآخرين عني	0.899(**)		(40)	أفضل تجنب المشكلات بدلاً من مواجهتها ..	0.815(**)
ابتغاء الكمال الشخصي	(2)	أسعى لأداء الأعمال الصعبة التي تفوق قدراتي.	0.783(**)	الاعتمادية	(8)	أتجنب تحمل المسؤولية.	0.695(*)
	(13)	أحبط عندما لا أحصل على درجات عالية في عملي	0.857(**)		(19)	أهتم بمساعدة الآخرين لي حتى في أبسط أمور حياتي.	0.899(**)
	(24)	أتقن عملي على أكمل وجه مهما كانت الظروف.	0.626(*)		(30)	يقلقني أن أعمل الأشياء بنفسي.	0.822(**)
	(35)	أرى أن عدم إنجاز أعمالي يقلل من قيمتي.	0.911(**)		(41)	لا أستطيع المذاكرة بمفردي.	0.899(**)
اللوم الزائد للذات وللآخرين	(3)	أوجه اللوم إلى كل شخص يرتكب خطأً ولو كان بسيطًا	0.959(**)	الشعور بالعجز وأهمية خبرات الماضي	(9)	معظم المواقف الماضية يكون تأثيرها واضحًا علي في الحاضر والمستقبل.	0.768(**)
	(14)	أنزعج عندما أفعل خطأً حتى لو كان بسيطًا.	0.926(**)		(20)	لن يتغير سلوكي في المستقبل حيث إنه مرتبط بما حدث لي في الصغر.	0.881(**)
	(25)	أرى أنه يجب معاقبة الشخص المخطئ مهما كانت الأسباب.	0.830(**)		(31)	أرى أنني متأثر بما حدث لي في الصغر.	0.785(**)
	(36)	الطالب الذي يفعل أعمالًا سيئة يكون هو سيئًا.	0.713(**)		(42)	لا يمكن للفرد التخلص من تأثير الماضي إذا حاول ذلك	0.853(**)
توقع المصائب والكوارث	(4)	أبالغ في تقدير وقوع الأمور السيئة.	0.848(**)	الانزعاج لمتاعب الآخرين	(10)	لا أستطيع الاستمتاع بأي شيء في الحياة طالما غيري حزين	0.962(**)
	(15)	أتوقع الفشل في أي عمل أؤديه.	0.682(*)		(21)	أتأثر بسرعة بمشكلات الآخرين.	0.904(**)
	(26)	أنزعج إذا سارت أموري على النحو الذي لا أتمناه.	0.833(**)		(32)	أشارك الآخرين مشكلاتهم ومصاعبهم لدرجة التقصير في القيام بواجباتي.	0.917(**)
	(37)	أرفض النتائج الخاصة ببعض أموري عندما تأتي مخالفة لتوقعاتي.	0.877(**)		(43)	عندما أتعاطف مع الأخرين أعيش مشكلاتهم وأنخرط فيها.	0.733(**)
اللامبالاة الانفعالي	(5)	أرى أن كل ما أشعر به من تعاسة سببها ظروف خارجة عن إرادتي	0.897(**)	ابتغاء الحلول الكاملة	(11)	أشعر بالعجز عندما لا أجد حلًا لمشكلاتي	0.809(**)
	(16)	أعتقد أن الأفراد المحيطين بي هم السبب فيما أعانيه من مشكلات.	0.895(**)		(22)	أتصور أن هناك حلًا واحدًا لكل مشكلة.	0.866(**)
	(27)	أشعر أن الظروف الخارجية تقف ضد إرادتي.	0.877(**)		(33)	أشعر بالحزن عندما لا أستطيع الوصول إلى حل لمشكلاتي	0.814(**)
	(38)	يؤدي الحظ دورًا كبيرًا في مشكلاتي.	0.868(**)		(44)	غالباً ما تسير الأمور عكس ما أريده وأتمناه في الغالب	0.897(**)
القلق الزائد عن الاهتمام الزائد	(6)	لن أستطيع أن أعمل ما أحب.	0.922(**)				
	(17)	لن أستطيع مساعدة أهلي في المستقبل.	0.963(**)				
	(28)	أتوقع الفشل في حياتي العملية والشخصية.	0.922(**)				
	(39)	أشعر أن من حولي يتجنبون التعامل معي.	0.824(**)				

** دال إحصائيًا عند مستوى دلالة (0.01).

يتضح من بيانات الجدول السابق أن جميع العبارات دالة إحصائيا عند المستوى (0.01)، وذلك يدلل على أن هنالك ارتباطًا ذا دلالة إحصائية بين كل عبارة من عبارات مقياس الأفكار اللاعقلانية وبين الدرجة الكلية للمقياس

- ثبات مقياس الأفكار اللاعقلانية: للتأكد من ثبات مقياس الأفكار اللاعقلانية، تم أوجد معامل الارتباط إحصائيًا بحسابه من القيمة التامة على وفق طريقة ألفا كرو نباخ، وطريقة التجزئة النصفية لسبيرمان براون من تطبيق مقياس الأفكار اللاعقلانية على العينة الاستطلاعية المختارة والجدول الآتي يبين ذلك:

والجدول:(6 /3) يبين الثبات بطريقتي ألفا كرو نباخ والتجزئة النصفية لمقياس الأفكار اللاعقلانية:

المقياس	عدد العبارات	معامل ارتباط الفا كرو نباخ	معامل ارتباط سبيرمان براون للتجزئة النصفية
طلب الاستحسان	4	0.866	0.848
ابتغاء الكمال الشخصي	4	0.804	0.869
اللوم الزائد للذات وللآخرين	4	0.851	0.924
توقع المصائب والكوارث	4	0.829	0.877
عدم المبالاة الانفعالي	4	0.904	0.932
القلق الزائد عن الاهتمام الزائد	4	0.894	0.984
تجنب المشكلات	4	0.787	0.773
الاعتمادية	4	0.853	0.930
الشعور بالعجز وأهمية خبرات الماضي	4	0.815	0.933
الانزعاج لمتاعب الآخرين	4	0.881	0.926
ابنغاء الحلول الكاملة	4	0.867	0.893
مقياس الأفكار اللاعقلانية العبارات مجتمعة معًا	4	0.739	0.772

يتبين من الجدول السابق أن معاملات الثبات لمقياس الأفكار اللاعقلانية عالية ودالة عند مستوى دلالة (0.01) وذلك يدلل على صلاحيته للاستخدام.

- مقياس الأفكار اللاعقلانية في صورته النهائية_بعد التأكُّد من صدق مقياس الأفكار اللاعقلانية وثباته على عينة استطلاعية قوامها (12) فردًا، فقد صار المقياس في صورته النهائية يتضمن (44) عبارة، وصالحًا للتطبيق على العينة الفعلية.. المقياس في صورته النهائية ملحق: (4).

- إجراءات تطبيق المقياسين: بعد التأكد من صدق المقياسين وثباتهما بعد تطبيقهما على عينة استطلاعية قوامها (12) فردًا، طبق الباحث المقياسين على العينة الفعلية، على وفق الآتي:

1- وجه نائب عميد الدراسات العليا والبحث العلمي في كلية صبر للعلوم والتربية خطابًا إلى الجهات ذات العلاقة لتسهيل مهمة الباحث، الذين لبوا مشكورين، ملحق رقم (8) يوضح ذلك.

2. تمكن الباحث من توزيع (1747) استبانة على أفراد عينة الدراسة.

3. بعد متابعة أفراد عينة الدراسة تم استعادة ما مجموعه (1747) استبانة وبنسبة 100% من الموزع جميعها صالحة.

- متغيرات الدراسة: درس الباحث خصائص أفراد العينة بتحديد نسبة تأثير فئات متغيرات الدراسة في استجابة أفراد عينة الدراسة من الآتي:

- تحديد فئات كل متغير من متغيرات الدراسة.

- تحديد أفراد العينة عند كل فئة.

- حساب النسبة المئوية لعدد أفراد العينة عند كل فئة في المتغير على وفق مجموع أفراد متغير العينة.

وفيما يلي عرض لعينة الدراسة الفعلية وفق الخصائص والسمات الشخصية (المدرسة، والمستوى الدراسي، والنوع): بحسب الجداول الآتية:

1. متغير المدرسة:

2. متغير المستوى الدراسي:

3. متغير النوع:

الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة: عالج الباحث بيانات الدراسة، التي توصل لها عن طريق الاستبانة باستخدام برنامج الـ (SPSS) وهو برنامج إحصائي للعلوم الاجتماعية، الذي يعمل بنظام القوائم إذ استخدمت الأساليب الإحصائية الآتية:

1. التكرارات والنسب المئوية لدراسة خصائص أفراد الدراسة. لاختبار الفرض الذي يقيس نسبة انتشار مستوى القلق الاجتماعي بالأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الثانوية.

2. معامل الارتباط ل "Pearson".لإيجاد صدق الاتساق الداخلي للاستبانة, لاختبار الفرض الذي يقيسالعلاقة بين القلق الاجتماعي بالأفكار اللاعقلانية.

3. لإيجاد معامل ثبات الاستبانة أستخدم معامل ارتباط ألفا كرو نباخ لتقويم التناسق بين مفردات المقياس واستخدام معامل ارتباط سبيرمان براون للتجزئة النصفية.

1. المتوسطات الحسابية والانحراف المعياري لعبارات الاستبانة ومجالاتها.
5. اختبار(t) لعينة واحدة (One-Sample Test) لاختبار الفرض الذي يقيس نسبة الفروق بين متوسطي درجات نسبة انتشار مستوى القلق ونسبة مستوى الأفكار اللاعقلانية مع نسبة افتراضية 60%.
6. اختبار (t) لاختبار الفرض الذي يقيس نسبة الفروق بين متوسطي درجات عينتين مستقلتين، النوع (ذكور وإناث).
7. اختبار تحليل التباين الأحادي One Way Anova. لاختبار الفرض الذي يقيس المتغيرات ذي الثلاثة الفئات فأكثر، وقد استخدم مع فئات متغير المستوى التعليمي: (أول ثانوي، وثاني ثانوي، وثالث ثانوي) في الدراسة الحالية.
8. اختبار ((Scheffe لاختبار الفرض الذي يقيس اتجاه فروق المتوسط لتجانس التباين للمقارنات البعدية بين المتوسطات

فصل النتائج: عرض نتائج الدراسة وتفسيرها ومناقشتها في ضوء اسئلة الدراسة والفرضيات المتعلقة بها.

اولًا: سؤال الدراسة الرئيس، والفرضية المتعلقة به:

ما علاقة القلق الاجتماعي بالأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الثانوية في مديرية طور الباحة؟

- للإجابة عن هذا السؤال فقد قام الباحث باستخدام معامل ارتباط بيرسون لقياس قوة واتجاه العلاقة.
- اختبار Tللعينات المترابطة لدعم نتيجة العلاقة بين المتغيرين.

جدول:(4/1) يبين علاقة (القلق الاجتماعي بالأفكار اللاعقلانية) لدى طلبة المرحلة الثانوية في مديرية طور الباحة من خلال تحديد معامل الارتباط(r) الدال احصائيًا بين المقياسين

مقياس الافكار اللاعقلانية ومجالاته	Pearson Correlation Sig. (2-tailed)	ارتباط مقياس الافكار اللاعقلانية ومجالاته مع مقياس القلق الاجتماعي
طلب الاستحسان	Pearson Correlation	0.029
	Sig. (2-tailed)	0.608
ابتغاء الكمال الشخصي	Pearson Correlation	0.012
	Sig. (2-tailed)	0.831
اللوم الزائد للذات وللآخرين	Pearson Correlation	-0.175(**)
	Sig. (2-tailed)	0.002
توقع المصائب والكوارث	Pearson Correlation	-0.122(*)
	Sig. (2-tailed)	0.030
عدم المبالاة الانفعالية	Pearson Correlation	-0.093
	Sig. (2-tailed)	0.099
القلق الناتج عن الاهتمام الزائد	Pearson Correlation	-0.090
	Sig. (2-tailed)	0.113
تجنب المشكلات	Pearson Correlation	0.053
	Sig. (2-tailed)	0.352
الاعتمادية	Pearson Correlation	-0.126(*)
	Sig. (2-tailed)	0.026
الشعور بالعجز وأهمية خبرات الماضي	Pearson Correlation	-0.084
	Sig. (2-tailed)	0.139
الانزعاج لمتاعب الآخرين	Pearson Correlation	-0.032
	Sig. (2-tailed)	0.574
ابتغاء الحلول الكاملة	Pearson Correlation	-0.024
	Sig. (2-tailed)	0.674
مقياس الافكار اللاعقلانية بصورة عامة	Pearson Correlation	-0.128(*)
	Sig. (2-tailed)	0.023

يتضح من الجدول أنه توجد علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائيًا بين مستوى انتشار القلق الاجتماعي وبين مستوى انتشار الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الثانوية في مديرية طور الباحة بمعامل ارتباط يساوي(*)128.- عند قيمة مستوى دلالة تساوي 0.023.

ويُصياغ الفرض في شكل علاقة بين المتغير المستقبل والمتغير التابع:

1- لا توجد علاقة دالة إحصائية عند مستوى دلالة (α =0.05) بين القلق الاجتماعي والأفكار اللاعقلانية لدى عينة الدراسة من طلبة المرحلة الثانوية في مديرية طور الباحة:

وبحسب الفرضية السابقة يستخدم اختبار (t) لعينتين مترابطتين لمقارنة متوسطي مجموعة واحدة (عينة الدراسة من طلبة المرحلة الثانوية في مديرية طور الباحة) في قياسين مختلفين (القلق الاجتماعي+ الأفكار اللاعقلانية).

جدول:(4/2) يبين اختبار(t) لعينتين مترابطتين لمقارنة متوسطي مجموعة واحدة (عينة الدراسة من طلبة المرحلة الثانوية في مديرية طور الباحة) في قياسين مختلفين (القلق الاجتماعي+ الأفكار اللاعقلانية) وتحديد معامل الارتباط(r) بين القياسين

متغيري الدراسة	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمةt	درجة الحرية	مستوى دلالة t	معامل ارتباط بيرسون(r)	مستوى دلالة r
الأفكار اللاعقلانية	315	2.2031	0.19120	34.899	314	0.000	-.128	0.023
القلق الاجتماعي		1.5910	0.22243					

- توضح نتائج الجدول السابق عن وجـود فرق دال إحصائيًا عـنـد ($\alpha = 0.05$) بين متوسطي درجات القلق الاجتماعي والأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الثانوية في مديرية طور الباحة؛ إذ بلغ مستوى الدلالة الإحصائية المحسوبة والمقابلة لقيمة (ت) (0.000) وهي أقل من مستوى الدلالة المفترضة (α =0.05). وتوضح نتائج الجدول:(4/1) ان قيمة معامل ارتباط بيرسون(r)=128.- بمستوى دلالة بلغت (0.023) وهي أقل من مستوى الدلالة المفترضة (α =0.05). وهذا يعني توجد علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائيًا بين مستوى انتشار القلق الاجتماعي وبين مستوى انتشار الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الثانوية في مديرية طور الباحة بمعامل ارتباط=(*)128. عند قيمة مستوى دلالة =. 0230.وهذا يعني انه كلما ارتفع مستوى القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية في مديرية طور الباحة كلما انخفض مستوى الأفكار اللاعقلانية لديهم

ويعزو الباحثان هذه النتيجة إلى:

تشير العلاقة الارتباطية السالبة إلى أنه كلما زاد القلق الاجتماعي، قل مستوى الأفكار اللاعقلانية لدى الطلبة، والعكس بالعكس، ولكن بدرجة ارتباط ضعيفة. قد يبدو هذا التفسير مخالفًا للتوقعات؛ إذ تختلف مع دراسة (عسيري,2017) ودراسة (حجازي,2013)، التي أوضحت وجود علاقة ارتباطية موجبه، وقد يعود هذا التباين إلى اختلاف البيئات الثقافية إذ تفترض عديدًا من النظريات النفسية (كالعلاج العقلاني الانفعالي لألبيس) أن القلق الاجتماعي يرتبط بأفكار لاعقلانية مثل الخوف من تقييم الآخرين والمبالغة في الكوارث المتوقعة. ومع ذلك، فإن ضعف هذه العلاقة قد يُعزى إلى:

. وجود عوامل وسيطة تؤثر على العلاقة، مثل المهارات الاجتماعية، الدعم الأسري، أو الفروق الثقافية.
. إمكانية وجود إدراك ذاتي منحرف لدى بعض الطلبة حول مشاعرهم أو أفكارهم، وذلك يؤدي إلى تباين في الإجابات.
. الطابع المرحلي لقلق المراهقة، حيث قد لا يكون القلق مرتبطًا دومًا بأفكار لاعقلانية مستقرة، بل بانفعالات مؤقتة وسياقية.

وعليه نرفض الفرضية القائلة:

(لا توجد علاقة دالة إحصائية عند مستوى دلالة (α =0.05) بين القلق الاجتماعي والأفكار اللاعقلانية لدى عينة الدراسة من طلبة المرحلة الثانوية في مديرية طور الباحة).

ونقبل الفرضية البديلة القائلة:

(توجد علاقة دالة إحصائية عند مستوى دلالة (α =0.05) بين القلق الاجتماعي والأفكار اللاعقلانية لدى عينة الدراسة من طلبة المرحلة الثانوية في مديرية طور الباحة).

ثانيًا: الأسئلة الفرعية والفرضيات المتعلقة بها:

السؤال الفرعي الأول:

ما نسبة انتشار مستوى القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية في مديرية طور الباحة؟

للإجابة عن هذا السؤال فقد قام الباحث بحساب التكرارات والنسب المئوية والمتوسط الحسابي والانحراف المعياري، ونسبة الانتشار وترتيب الانتشار ومستوى الانتشار وذلك للإجابة عن السؤال الفرعي الأول وكما يتبين من الجدول الآتي:

جدول (4/3) يبين التكرارات والنسب المئوية والمتوسط الحسابي والانحراف المعياري، ونسبة الانتشار وترتيب الانتشار ومستوى الانتشار لفقرات مقياس القلق الاجتماعي

م	مقياس القلق الاجتماعي / الفقرات	تكرار وجود القلق			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	نسبة انتشار القلق	ترتيب انتشار القلق	مستوى انتشار القلق
		التكرار / النسبة	نعم	لا					
1	أشعر بالدوخة عندما أتحدث مع الآخرين.	التكرار	305	10	1.968	0.1756	98.4	1	عالٍ
		النسبة	96.8	3.2					
2	يصعب على الحديث مع شخص لا أعرفه.	التكرار	220	95	1.698	0.4596	84.9	2	عالٍ
		النسبة	69.8	30.2					
3	أرتبك في حال وجودي بين مجموعة من الناس.	التكرار	211	104	1.670	0.4710	83.5	3	عالٍ
		النسبة	67.0	33.0					
4	يصعب على التعبير عن رأيي في أي نقاش.	التكرار	204	111	1.648	0.4784	82.4	7	عالٍ
		النسبة	64.8	35.2					
5	أشعر بالخوف قبل لقاء الآخرين.	التكرار	208	107	1.660	0.4743	83	4	عالٍ
		النسبة	66.0	34.0					
6	أنزعج عندما ينظر إلى الناس في الشارع أو الأماكن العامة	التكرار	207	108	1.657	0.4754	82.85	6	عالٍ
		النسبة	65.7	34.3					
7	أكون مترددًا عندما أريد أن أسأل شخصاً من مكان معين.	التكرار	208	107	1.660	0.4743	83	4	عالٍ
		النسبة	66.0	34.0					

8	أرتبك عندما أشعر أن احدًا ينظر إلى اثنا تأديتي أي نشاط.	التكرار	166	149	1.527	0.5000	76.35	19	عالٍ
		النسبة	52.7	47.3					
9	أكون متوتراً عند إجرائي اختبارًا شفهيًا.	التكرار	174	141	1.552	0.4980	77.6	14	عالٍ
		النسبة	55.2	44.8					
10	أتمتع بالحديث أمام جمهور أو حشد من الناس.	التكرار	170	145	1.540	0.4992	77	16	عالٍ
		النسبة	54.0	46.0					
11	أشعر بآلام بسيطة في معدتي عندما يطلب مني أن أتكلم أو أخاطب الآخرين.	التكرار	176	139	1.559	0.4973	77.95	12	عالٍ
		النسبة	55.9	44.1					
12	أشعر بالتوتر والارتباك إذا كنت في حفلة يكونون فيها تصوير الحاضرين.	التكرار	165	150	1.524	0.5002	76.2	20	عالٍ
		النسبة	52.4	47.6					
13	أخشى أن أرتكب خطأ عندما أتحدث أمام الآخرين.	التكرار	180	135	1.571	0.4956	78.55	8	عالٍ
		النسبة	57.1	42.9					
14	أكون عصبيًا عندما يطلب مني تقديم أو عرض موضوع معين مرتبط بالدراسة.	التكرار	171	144	1.543	0.4989	77.15	15	عالٍ
		النسبة	54.3	45.7					
15	أشعر بالتوتر عندما اتحدث مع مجموعة من الزملاء	التكرار	160	155	1.508	0.5007	75.4	22	عالٍ
		النسبة	50.8	49.2					
16	ينتابني القلق والتوتر عند مصافحة الآخرين.	التكرار	152	163	1.483	0.5004	74.15	23	عالٍ
		النسبة	48.3	51.7					
17	ينتابني القلق بشأن مظهري الشخصي.	التكرار	176	139	1.559	0.4973	77.95	12	عالٍ
		النسبة	55.9	44.1					
18	ينتابني القلق بشأن سلوكي أمام الناس.	التكرار	168	147	1.533	0.4996	76.65	17	عالٍ
		النسبة	53.3	46.7					
19	أشعر بالتوتر عندما أرد على شخص لا أعرفه في التلفون.	التكرار	177	138	1.562	0.4969	78.1	10	عالٍ
		النسبة	56.2	43.8					
20	ينتابني القلق والتوتر عندما أتناول الطعام أمام أشخاص غرباء.	التكرار	162	153	1.514	0.5005	75.7	21	عالٍ
		النسبة	51.4	48.6					
21	أكون متوترا عندما يصبح الحديث مع المدرسين إجباريًا.	التكرار	178	137	1.565	0.4965	78.25	9	عالٍ
		النسبة	56.5	43.5					
22	أمتنع عن تكوين علاقات مع الآخرين.	التكرار	177	138	1.562	0.4969	78.1	10	عالٍ
		النسبة	56.2	43.8					
23	أشارك زملائي في المناسبات أو الحفلات بالمدرسة.	التكرار	167	148	1.530	0.4998	76.5	18	عالٍ
		النسبة	53.0	47.0					
	الكلي				1.591	0.222	79.55		عالٍ

بشكل كلي من نتائج مقياس (القلق الاجتماعي)؛ فإن انتشار القلق الاجتماعي لفقرات المقياس اتت جميعها بمستوى (عالٍ) وبتسجيل متوسطات حسابية بين (1.483– 1.968) ونسبة انتشار للقلق الاجتماعي بين (74.15%– 98.4%): وعمومًا حقق مقياس (القلق الاجتماعي) نسبة انتشار (79.55%) ومتوسط حسابي (1.591) وانحراف معياري (0.222) وبمستوى انتشار عالٍ

الفرضية المتعلقة بنسبة انتشار مستوى القلق الاجتماعي ومدى مطابقتها لإجابة السؤال الفرعي الأول:

1- لا تزيد نسبة انتشار مستوى القلق الاجتماعي الدال إحصائيًا عند مستوى دلالة (α= 0.05) لدى طلبة المرحلة الثانوية في مديرية طور الباحة عن نسبة المستوى الافتراضي 60%.

وبحسب الفرضية السابقة يستخدم اختبار t لعينة واحدة (One-Sample Test)

جدول: (4/4) يبين استخدام اختبار One-Sample Test لعينة واحدة لمعرفة نسبة انشار مستوى القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية في مديرية طور الباحة من مقارنتها بنسبة المستوى الافتراضي المحددة بـ 60%

مقياس القلق الاجتماعي عدد حالات المتغير (العينة)	Test Value = 60					
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	t	df	نسبة انتشار القلق الاجتماعي	Sig. (2-tailed)
315	1.591	0.222	-4660.631	314	79.55	0.000

أسفرت نتائج الجدول السابق عن وجـود فرق دال إحصائيًا عـنـد (α = 0.05) بين متوسطي درجات نسبة انتشار مستوى القلق الاجتماعي ونسبة الـ 60 % وهي نسبة المستوى الافتراضي للقلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية في مديرية طور الباحة؛ إذ بلغ مستوى الدلالة الإحصائية المحسوبة والمقابلة لقيمة (ت) (0.000) وهي أقل من مستوى الدلالة المفترضة (α =0.05).

وعليه نرفض الفرضية القائلة:

(لا تزيد نسبة انتشار مستوى القلق الاجتماعي الدالة إحصائيًا عند مستوى دلالة (α= 0.05) لدى طلبة المرحلة الثانوية في مديرية طور الباحة عن نسبة المستوى الافتراضي (60%).

ونقبل الفرضية البديلة القائلة: (تزيد نسبة انتشار مستوى القلق الاجتماعي الدالة إحصائيًا عند مستوى دلالة (α= 0.05) لدى طلبة المرحلة الثانوية في مديرية طور الباحة عن نسبة المستوى الافتراضي 60%).

إذ بلغ مستوى القلق (79.55%) وكما يتضح من الجدول (4/3)، بمتوسط حسابي=1.5910و انحراف معياري=0.222.

وهذه النتيجة تتطابق مع نتيجة السؤال الفرعي الأول: ما نسبة انتشار مستوى القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية في مديرية طور الباحة؟ التي بينت أن: نسبة مستوى انتشار القلق الاجتماعي تفوق المستوى الافتراضي 60%. حيث اتفقت هذه النتيجة مع دراسة الطنطاوي (2020م) إذ تشير إلى أن القلق الاجتماعي يمثل مشكلة شائعة نسبيًا بين طلبة المرحلة الثانوية، وهي رحلة حساسة في النمو النفسي والاجتماعي، تتسم بمحاولات إثبات الذات والخوف من تقييم الآخرين، خاصة في البيئات التعليمية التي تفتقر إلى الدعم النفسي والاجتماعي.

السؤال الفرعي الثاني:

ما نسبة انتشار مستوى الأفكار اللاعقلانية (للمجالات والدرجة الكلية) لدى طلبة المرحلة الثانوية في مديرية طور الباحة؟

للإجابة عن هذا السؤال فقد قام الباحث بحساب التكرارات والنسب المئوية والمتوسط الحسابي والانحراف المعياري، ونسبة الانتشار وترتيب الانتشار ومستوى الانتشار وذلك للإجابة عن السؤال الفرعي الثاني كما يتبين من الجدول الاتي:

جدول:(4/5) يبين التكرا رات والنسب المئوية والمتوسط الحسابي والانحراف المعياري، ونسبة الانتشار وترتيب الانتشار ومستوى الانتشار لفقرات مقياس الافكار اللاعقلانية

م	مقياس الأفكار اللاعقلانية	مدى الاستخدام الأفكار اللاعقلانية				المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	نسبة انتشار الأفكار اللاعقلانية	ترتيب انتشار الأفكار اللاعقلانية	مستوى انتشار الأفكار اللاعقلانية
		التكرار	دائمًا	أحيانًا	ابدًا					
	الفقرات	النسبة								
1	طلب الاستحسان	التكرار	150	125	40	2.248	0.4199	74.933	رابع	متوسط
		النسبة	47.6%	39.7%	12.7%					
2	ابتغاء الكمال الشخصي	التكرار	135	135	45	2.123	0.4372	70.766	ثامن	متوسط
		النسبة	42.9%	42.9%	14.3%					
3	اللوم الزائد للذات وللآخرين	التكرار	120	150	45	2.048	0.3340	68.266	عاشر	متوسط
		النسبة	38.1%	47.6%	14.3%					
4	توقع المصائب والكوارث	التكرار	175	110	30	2.440	0.4966	81.333	ثاني	عالي
		النسبة	55.6%	34.9%	9.5%					
5	اللامبالاة الانفعالية	التكرار	115	150	50	1.987	0.4123	66.233	حادي عشر	متوسط
		النسبة	36.5%	47.6%	15.9%					
6	القلق الناتج عن الاهتمام الزائد.	التكرار	145	135	35	2.195	0.4083	73.166	خامس	متوسط
		النسبة	46.0%	42.9%	11.1%					
7	تجنب المشكلات	التكرار	160	120	35	2.269	0.3630	75.633	ثالث	متوسط
		النسبة	50.8%	38.1%	11.1%					
8	الاعتمادية.	التكرار	140	125	50	2.147	0.4679	71.566	سادس	متوسط
		النسبة	44.4%	39.7%	15.9%					
9	الشعور بالعجز وأهمية خبرات الماضي	التكرار	145	120	50	2.145	0.3808	71.499	سابع	متوسط
		النسبة	46.0%	38.1%	15.9%					
10	الانزعاج لمتاعب الآخرين	التكرار	130	135	50	2.094	0.3706	69.799	تاسع	متوسط
		النسبة	41.3%	42.9%	15.9%					
11	ابتغاء الحلول الكاملة	التكرار	185	110	20	2.537	0.3524	84.566	اول	عالي
		النسبة	58.7%	34.9%	6.3%					
	كل المجالات					2.203	0.1911	73.433		متوسط

وعمومًا حقق مقياس (الأفكار اللاعقلانية) نسبة انتشار **(73.433 %)** ومتوسط حسابي **(2.203)** وانحراف معياري **(0.1911)** وبمستوى انتشارمتوسط

الفرضية المتعلقة بنسبة انتشار مستوى الأفكار اللاعقلانية ومدى مطابقتها لإجابة السؤال الفرعي الثاني:

3- لا تزيد نسبة انتشار مستوى الأفكار اللاعقلانية (المجالات والدرجة الكلية) الدالة إحصائيًا عند مستوى دلالة (α= 0.05) لدى طلبة المرحلة الثانوية في مديرية طور الباحة عن نسبة المستوى الافتراضي 60%.

وبحسب الفرضية السابقة أجرى اختبار (t) لعينة واحدة (One-Sample Test) المجالات والدرجة الكلية

جدول (4/6) يبين استخدام اختبار One-Sample Test لعينة واحدة لمعرفة نسبة انشار مستوى الأفكار اللاعقلانية (المجالات والدرجة الكلية) لدى طلبة المرحلة الثانوية في مديرية طور الباحة من خلال مقارنتها بنسبة المستوى الافتراضي المحددة بـ 60%

مجالات مقياس الأفكار اللاعقلانية عدد حالات المتغير (العينة)=315	Test Value = 60					
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	t	df	نسبة انتشار الافكار اللاعقلانية	Sig. (2-tailed)
طلب الاستحسان	2.248	0.4199	-2440.789	314	74.933	0.000
ابتغاء الكمال الشخصي	2.123	0.4372	-2349.012	314	70.766	0.000
اللوم الزائد للذات وللآخرين	2.048	0.3340	-3079.186	314	68.266	0.000
توقع المصائب والكوارث	2.440	0.4966	-2057.011	314	81.333	0.000
اللامبالاة الانفعالية	1.987	0.4123	-2497.234	314	66.233	0.000
القلق الناتج عن الاهتمام الزائد.	2.195	0.4083	-2512.183	314	73.166	0.000
تجنب المشكلات	2.269	0.3630	-2822.303	314	75.633	0.000
الاعتمادية.	2.147	0.4679	-2194.027	314	71.566	0.000
الشعور بالعجز وأهمية خبرات الماضي	2.145	0.3808	-2696.181	314	71.499	0.000
:الانزعاج لمتاعب الآخرين	2.094	0.3706	-2773.076	314	69.799	0.000
ابتغاء الحلول الكاملة	2.537	0.3524	-2893.865	314	84.566	0.000
الكلي (المقياس بصورة عامة)	2.203	0.1911	-5365.110	314	73.433	0.000

أسفرت النتائج عن وجـود فرق دال إحصائيًا عـنـد ($\alpha = 0.05$) بين متوسطي درجات نسبة انتشار مستوى الأفكار اللاعقلانية (بالمجالات الإحدى عشر والدرجة الكلية) كل مجال على حدة ونسبة الـ 60% وهي نسبة المستوى الافتراضي للأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الثانوية في مديرية طور الباحة؛ إذ بلغ مستوى الدلالة الإحصائية المحسوبة والمقابلة لقيمة (ت) عند كل حالة (0.000) وهي أقل من مستوى الدلالة المفترضة (α=0.05). وعليه نرفض الفرضية القائلة:

(لا تزيد نسبة انتشار مستوى الأفكار اللاعقلانية (المجالات والدرجة الكلية) الدالة إحصائيًا عند مستوى دلالة (α= 0.05) لدى طلبة المرحلة الثانوية في مديرية طور الباحة عن نسبة المستوى الافتراضي 60%).

ونقبل الفرضية البديلة القائلة: (تزيد نسبة انتشار مستوى الأفكار اللاعقلانية (المجالات والدرجة الكلية) الدالة احصائيا عند مستوى دلالة (α= 0.05) لدى طلبة المرحلة الثانوية في مديرية طور الباحة عن نسبة المستوى الافتراضي 60%).

وهذه النتيجة تتطابق مع نتيجة السؤال الفرعي الثاني: ما نسبة انتشار مستوى الأفكار اللاعقلانية (للمجالات والدرجة الكلية) لدى طلبة المرحلة الثانوية في مديرية طور الباحة؟

اتفقت هذا النتيجة مع دراسة (طلبة، 2010م) يدلُّ هذا على أن الطلبة يعانون من أنماط تفكير مشوهة أو غير منطقية، مثل المبالغة في توقع الفشل، التقليل من الذات، التعميم الزائد، وغيرها من الأساليب المعرفية السلبية؛ وذلك قد يضعف توافقهم النفسي وقدرتهم على التكيف مع الضغوط الأكاديمية والاجتماعية.

- الفرضية المتعلقة بالسؤال الفرعي الثالث:

4 - لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (α=0.05) في مستوى القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية في مديرية طور الباحة تعزى إلى متغير النوع (ذكور، إناث).

جدول: (4/7) يبين نتائج (t-test) بشأن تقديرات طلبة المرحلة الثانوية في مديرية طور الباحة لمستوى انتشار القلق الاجتماعي تعزى لمتغير (النوع الاجتماعي)

المقياس			Independent Samples Test				
	النوع	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	t	df	Sig. (2-tailed)
القلق الاجتماعي	ذكر	181	1.6245	.21778	3.153	313	0.002
	أنثى	134	1.5457	.22141			

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α=0.05) بين متوسطات تقديرات فئات افراد الدراسة (ذكر- أنثى) بشأن مستوى انتشار القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية في مديرية طور وذلك لان قيمة الدلالة المقابلة لقيمة (t) أصغر من (α=0.05). وكانت الفروق في مستوى انتشار القلق الاجتماعي لمصلحة الذكور.

اتفقت هذا النتيجة مع دراسة (مجلي، 2011م) اذ تشير إلى أن الذكور أكثر معاناة من القلق الاجتماعي مقارنة بالإناث. وهذا يفتح بابًا لمراجعة الصورة النمطية السائدة بأن الإناث أكثر عرضة للقلق؛ فقد تكون الذكورة الاجتماعية المرتبطة بالتوقعات العالية من الذكور والمنافسة الشديدة في السياق المدرسي وراء هذا الارتفاع.

- الفرضية المتعلقة بالسؤال الفرعي الرابع:

5- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (α=0.05) في مستوى انتشار الأفكار اللاعقلانية (المجالات والدرجة الكلية) لدى طلبة المرحلة الثانوية في مديرية طور الباحة تعزى إلى متغير النوع (ذكور، إناث).

جدول (4/8) يبين نتائج (t-test) حول تقديرات طلبة المرحلة الثانوية في مديرية طور الباحة لمستوى انتشار الأفكار اللاعقلانية (المجالات والدرجة الكلية) تعزى لمتغير (النوع الاجتماعي)

مجالات مقياس الأفكار اللاعقلانية			Independent Samples Test			
	النوع	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	t	df	Sig. (2-tailed)
طلب الاستحسان	ذكر	181	2.2390	.39513	-.464	313	0.643
	أنثى	134	2.2612	.45251			
ابتغاء الكمال الشخصي	ذكر	181	2.0967	.43178	-1.243	313	0.215
	أنثى	134	2.1586	.44378			
اللوم الزائد للذات وللآخرين	ذكر	181	2.0691	.32818	1.326	313	0.186
	أنثى	134	2.0187	.34087			
توقع المصائب والكوارث	ذكر	181	2.4240	.50631	-.682	313	0.496
	أنثى	134	2.4627	.48425			
اللامبالاة الانفعالية	ذكر	181	2.0428	.43688	2.849	313	0.005
	أنثى	134	1.9104	.36455			
القلق الناتج عن الاهتمام الزائد.	ذكر	181	2.1740	.45196	-1.071	313	0.285
	أنثى	134	2.2239	.34037			
تجنب المشكلات	ذكر	181	2.3122	.36601	2.469	313	0.014
	أنثى	134	2.2108	.35203			
الاعتمادية.	ذكر	181	2.1340	.48341	-.566	313	0.572
	أنثى	134	2.1642	.44753			
الشعور بالعجز وأهمية خبرات الماضي	ذكر	181	2.1657	.38299	1.111	313	0.267
	أنثى	134	2.1175	.37758			
الانزعاج لمتاعب الآخرين	ذكر	181	2.1671	.36425	4.148	313	0.000
	أنثى	134	1.9963	.35750			
ابتغاء الحلول الكاملة	ذكر	181	2.5898	.33315	3.114	313	0.002
	أنثى	134	2.4664	.36634			
الكلي	ذكر	181	2.2195	.21028	1.774	313	0.077
	أنثى	134	2.1810	.16001			

نلاحظ أنه:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α =0.05) بين متوسطات تقديرات فئات أفراد الدراسة (ذكر- أنثى) حول مستوى انتشار الأفكار اللاعقلانية في مجالات (اللامبالاة الانفعالية، تجنب المشكلات، والانزعاج لمتاعب الآخرين، وابتغاء الحلول الكاملة) لدى طلبة المرحلة الثانوية في مديرية طور الباحة؛ وذلك لأن قيمة الدلالة المقابلة لقيمة (t) أصغر من (α =0.05). وكانت الفروق في هذه المجالات لمصلحة الذكور. ويرجع الباحثان ظهور فروق في مجالات اللامبالاة الانفعالية، تجنب المشكلات، الانزعاج لمتاعب الآخرين، ابتغاء الحلول الكاملة)لصالح الذكور الى: إلى مجموعة من العوامل المرتبطة بالتنشئة الاجتماعية والثقافة الذكورية السائدة في البيئة الريفية لمديرية طور الباحة، والتي غالبًا ما تغرس في الذكور منذ وقت مبكر أن التعبير الانفعالي، أو التفاعل المفرط مع المشكلات أو مع معاناة الآخرين، يُعد من مظاهر الضعف أو قلة الحزم، ما يؤدي إلى نمو نمط من اللامبالاة الانفعالية لديهم كآلية دفاعية نفسية.إذ اتفقت هذا النتيجة مع دراسة (الزهراني,2010م) و (الحموري، 2009م)

الاستنتاجات:

1. توجد علاقة سلبية ضعيفة بين القلق الاجتماعي والأفكار اللاعقلانية، وهو ما يشير إلى تداخل جزئي بين المتغيرين.
2. تنتشر كل من مظاهر القلق الاجتماعي والأفكار اللاعقلانية بنسبة تفوق المستوى الافتراضي، وذلك يعكس خطورة الوضع النفسي للطلبة.
3. الذكور يعانون من قلق اجتماعي أعلى من الإناث، في حين لا توجد فروق في الأفكار اللاعقلانية بحسب النوع (ذكور- إناث).
4. طلبة المستوى الأول أكثر عرضة للأفكار اللاعقلانية مقارنة بالمستوى الثالث، وذلك يتطلب تدخلًا مبكرًا في بداية المرحلة الثانوية.

التوصيات:

1. إدماج برامج إرشاد نفسي داخل المدارس تهدف إلى خفض القلق الاجتماعي وتعزيز التفكير العقلاني لدى الطلبة.
2. تصميم أنشطة تنمية المهارات الاجتماعية خصوصًا للذكور وطلبة المستوى الأول لتعزيز ثقتهم بأنفسهم وتقليل حساسيتهم تجاه تقييم الآخرين.
3. إعداد دورات تدريبية للمعلمين والأخصائيين الاجتماعيين لرصد مؤشرات القلق والأفكار اللاعقلانية لدى الطلبة والتدخل المناسب.
4. دمج أساليب التفكير العقلاني في المناهج الدراسية لتعديل أنماط التفكير المشوهة عند الطلبة.

مقترحات:

1. دراسة فاعلية برامج التدخل المعرفي السلوكي في خفض القلق الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية.
2. تحليل دور البيئة الأسرية في تنمية أو تقليل الأفكار اللاعقلانية لدى المراهقين.
3. دراسة مقارنة بين المدارس الحكومية والخاصة في مستويات القلق الاجتماعي والأفكار اللاعقلانية.
4. بحث العلاقة بين القلق الاجتماعي والتحصيل الأكاديمي ودور التفكير اللاعقلاني بوصفه متغيرًا وسيطًا.

المراجع العربية:

1 ابن منظور (1998م). **قاموس لسان العرب**. القاهرة: دار المعارف.
2 صادق، عادل(1987م). **الطب النفسي**. جدة، الدار السعودية.
3 عبد العال، فتحية (2006م). القلق الاجتماعي لدى ضحايا مشاعبة الأقران في البيئة المدرسية. **مجلة كلية التربية جامعة بنها، ع 68, 45-92.**
4 الجوهي، عبد الله (1419هـ). **أثر برنامج التدريب في تخفيض القلق لدى عينة من معتمدي الهروين**. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الملك فيصل، الأحساء، المملكة العربية السعودية.
5 حسيب، عبد المنعم عبد الله (2000م). الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بالشعور بالوحدة النفسية والاكتئاب لطلاب المرحلتين الثانوية والجامعية. **مجلة العلوم التربوية**. العدد (11) معهد الدراسات التربوية جامعة القاهرة.
6 الحموري، خراس (2009م). العلاقة بين أساليب التفكير والأفكار اللاعقلانية لدى طلبة جامعة اليرموك. **مجلة العلوم التربوية - جامعة دمشق، (3)10**،35-59.
7 الخفاجي، زينب والشاوي، زينب (2009م). أثر التربية العملية في خفض القلق الاجتماعي لدى طلبة جامعة البصرة. **مجلة الجمعية العراقية للعلوم التربوية والنفسية.** ع1,69-81.
8 الداهري، صالح والعبيدي، ناظم (1999م). **الشخصية والصحة النفسية**. القاهرة: دار الكندي.
9 الرفاعي، عادل. (2014). **مشكلات المراهقة وأساليب العلاج**. ط (1), القاهرة، كنوز.
10 زهران، حامد (2010م). **الصحة النفسية والعلاج النفسي، ط3**. عالم الكتب: القاهرة.
11 زهران، محمد (2000م). **الإرشاد النفسي المصغر ط 1**. القاهرة: عالم الكتب.
12 الزهراني، محسن (2010م). **الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بإدارة الوقت لدى عينة من طلاب جامعة حائل.** أطروحة دكتوراه غير منشورة، جامعة أم القرى، كلية التربية.
13 سعد، على (1994م). **علم الشذوذ النفسي**. دمشق: منشورات جامعة دمشق.
14 شحاتة، سماح (2006م). **الأفكار اللاعقلانية لدى المديرين ذوي الاضطرابات النفس جسمية**. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الأداب, جامعة المنصورة، مصر.
15 الشربيني، زكريا (2005م). الأفكار اللاعقلانية وبعض مصادر اكتسابها: دراسة على عينة من طالبات الجامعة. **مجلة دراسات نفسية 15 (4) , 531-561.**
16 الشناوي، محمد (1994م). **نظريات الإرشاد والعلاج النفسي**. القاهرة: دار غريب.
17 الشناوي، محمد (2000م). **نظريات الإرشاد والعلاج النفسي**. القاهرة: دار غريب للطباعة والنشر.
18 عبد العزيز، مفتاح (2001م). **علم النفس العلاجي اتجاهات حديثة الطبعة الأولى**. القاهرة: دار قباء للطباعة والنشر والتوزيع.
19 عبد الغفار، عبد السلام (1981م) **مقدمة في الصحة النفسية**. القاهرة: دار النهضة العربية.
20 عسيري، إبراهيم (2017م). القلق الاجتماعي وعلاقته بالأفكار اللاعقلانية في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية لدى طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة رجال ألمع. **مجلة الدراسات التربوية والنفسية**: جامعة الزقازيق، (96) ,321 – 255.
21 عكاشة، أحمد (2003م). **الطب النفسي المعاصر**. القاهرة: مكتبة الأنجلو مصرية.
22 العناني، حنان (1998م). **الصحة النفسية للطفل، ط 4** عمان: دار الفكر.
23 العنزي، فهد (2007م). **علاقة القلق بالأفكار اللاعقلانية**. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية، الرياض.
24 العوفي، محمد مشعل عبيد (2021م). القلق الاجتماعي وعلاقته بالأفكار اللاعقلانية لدى طلاب المرحلة الثانوية في محافظة الحناكية. **المجلة العربية للعلوم التربوية والنفسية**، المؤسسة العربية للتربية والعلوم والآداب، مج5، ع 23, ص 343 – 382.
25 غالب، مصطفى (2000م). **في سبيل موسوعة نفسية**. بيروت: مكتبة الهلال.
26 القذافي، رمضان (2002م) **التوجيه والإرشاد النفسي ط1**. بيروت: دار الجيل.
27 القريطي، عبد المطلب (1998م). **في الصحة النفسية**. القاهرة: دار الفكر العربي.
28 كفافي، علاء الدين (1999م). **الإرشاد والعلاج النفسي الأسري ط 1**، القاهرة: دار الفكر العربي.
29 محمد، محمد (1993م). **علم النفس المعاصر في ضوء الإسلام ط1**. جدة: دار الشروق.
30 الهابط، محمد (1999م). **التكيف والصحة النفسية ط2**. الإسكندرية: المكتب الجامعي الحديث.
31 جعفر، فاكهه (2011م). الأفكار العقلانية واللاعقلانية وعلاقتها بالاكتئاب لدى طلبة كلية التربية - صبر - جامعة عدن. **مجلة كليات التربية - جامعة عدن**. ع (12) 117 – 141.
32 الشريدة، أ. ص. (2022م). العجز المتعلَّم وعلاقته بالقلق الاجتماعي وتقدير الذات لدى طلاب المرحلة الثانوية بمنطقة القصيم. ***المجلة العلمية للبحوث والتطوير التربوي***،30(م120)، 431-491.

33 طلبة، وئام (2010م). علاقة الضغوط النفسية بالأفكار اللاعقلانية لدى الشباب من الجنسين. **جامعة عين شمس، مصر. مجلة الإرشاد النفسي، العدد 26**.190-130.

34 الطنطاوي، ح. ش. م. (2020م). القلق الاجتماعي وعلاقته بجودة الحياة لدى طلاب الجامعة. ***المجلة السعودية للدراسات النفسية، 31***(121)، 431–475.

35 العوفي، محمد مشعل عبيد (2021م). القلق الاجتماعي وعلاقته بالأفكار اللاعقلانية لدى طلاب المرحلة الثانوية في محافظة الحناكية. **المجلة العربية للعلوم التربوية والنفسية**، المؤسسة العربية للتربية والعلوم والآداب، مج5، ع 23, ص 343 – 382.

36 مجلي، شايع عبد الله (2011م). الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بالضغوط النفسية لدى طلبة كلية التربية بصعدة. **مجلة جامعة دمشق للعلوم التربوية والنفسية** سوريا، س 27, 193 – 241.

37 المراجع الانجليزية

38 American psychiatric Association (1994). ***Diagnostic and statistical Manual for mental disorders*** (4th Ed). Weshington: DSM- IV.

39 Beck, A.T., &Clark, D.A. (2011). Anxiety disorders and phobias: **A cognitive perspective**. Basic books.

40 Bensink, R. (2006). Internet use, identity development and social anxiety among young adults. ***Psychological Science***, 29(6), 14-82.

41 Clark, D.M., &Wells,A(1995). A cognitive model of social phobia In R.G. Heimberg M.R. Liebowitz, **Diagnosis, assessment, and treatment**(pp.69-93). Guilford press.

42 Ellis, A. (1977 B) Rational Emotive Therapy: The Clinical and Personality Hypotheses of R.E.T. And Other Models of Cognitive Behaviour Therapy**.** ***The Counseling Psychologists,*** 7 (1). 1-22.

Social Anxiety and Its Relationship with Irrational Thoughts Among Secondary School Students in Toor Albaha Directorate

Ibrahim Mohmmed Ahmed Ali [1] **Fakha Jafar Mohammed Jafar** [2]

Abstract: The aim of this study was to uncover the relationship between social anxiety and irrational thoughts among secondary school students in Tur Al-Baha district .In order to find out the prevalence of social anxiety and irrational thoughts ,and to identify the differences between students according to gender , the researcher used the descriptive-relational method ,and the sample consisted of 315 male and female students who were selected by stratified random method .Codified tools were used to measure social anxiety and irrational thoughts after verifying their authenticity and consistency .The results of the study showed that there is a statistically significant negative correlation between the level of prevalence of social anxiety and the level of prevalence of irrational thoughts among secondary school students in Tur Al-Baha district with a correlation coefficient of (*)128. = at the value of the significance level .0230. = This means that the higher the level of social anxiety among high school students in Tur Al-Baha district ,the lower their level of irrational thoughts .This disparity may be due to the difference in cultural environments ,as many psychological theories) such as Alice's rational emotional therapy (assume that social anxiety is associated with irrational thoughts such as fear of evaluating others and exaggerating expected disasters . The results of the study also revealed that the level of social anxiety came at a high prevalence level .It also revealed the existence of statistically significant differences in social anxiety in favor of males ,and it also showed that there were statistically significant differences in irrational thoughts in the areas of emotional apathy ,avoidance of problems ,annoyance with the troubles of others ,and seeking complete solutions in favor of males.

Keywords: Social Anxiety - Irrational Thoughts.